



## Modul 2 - Følelsesmæssig udvikling

VISS 2023

# Formål

---

- ▶ Kendskab til neuroaffektiv udviklingspsykologi herunder tilknytningsteori. Dette med henblik på at opnå forståelse for borgerens behov i det pædagogiske samspil
- ▶ Forståelse for samt inspiration til anvendelse af konkrete pædagogiske redskaber tilpasset borgers udviklingsniveau



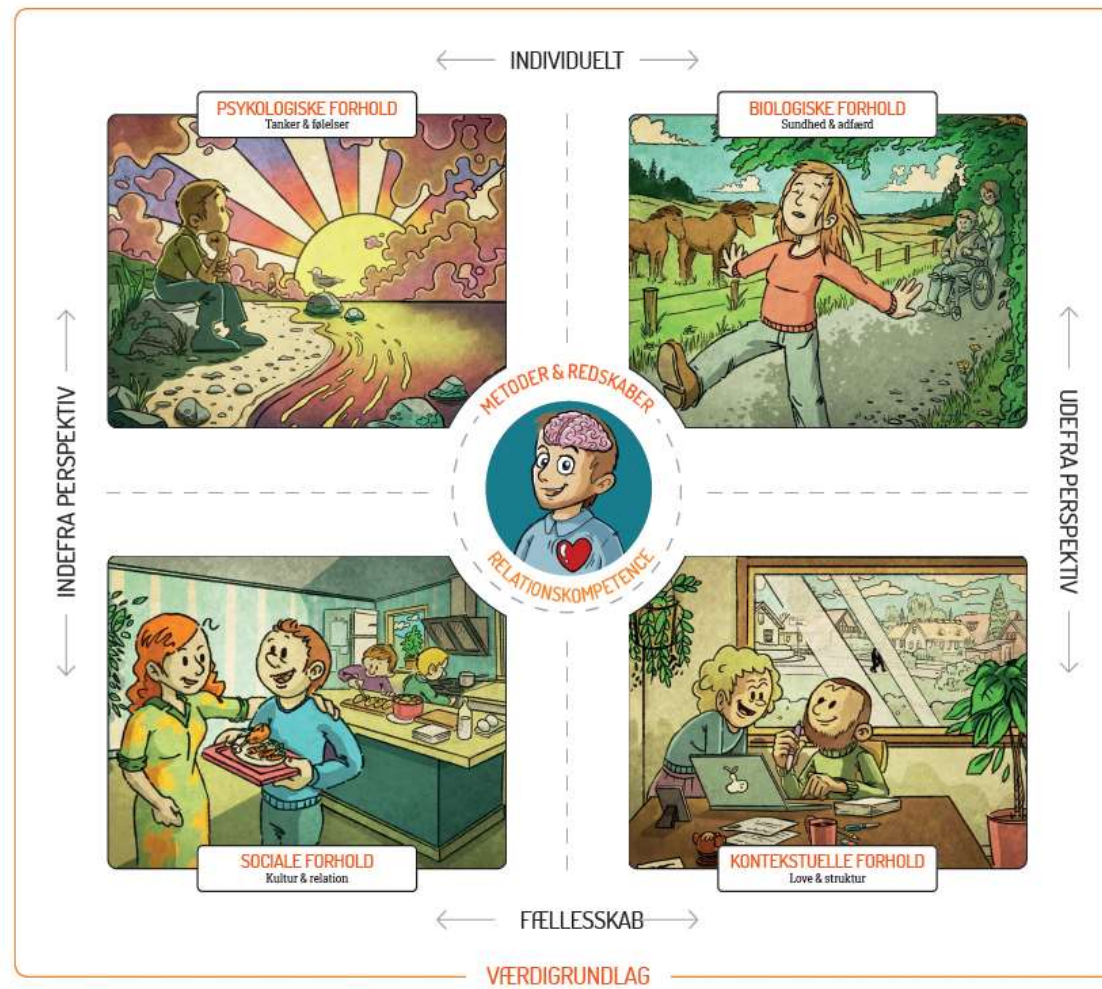
# Indhold

---

- ▶ Udviklingspsykologi
- ▶ Gruppearbejde
- ▶ Drøftelser



# IRIS - modellen



# Indflyvning

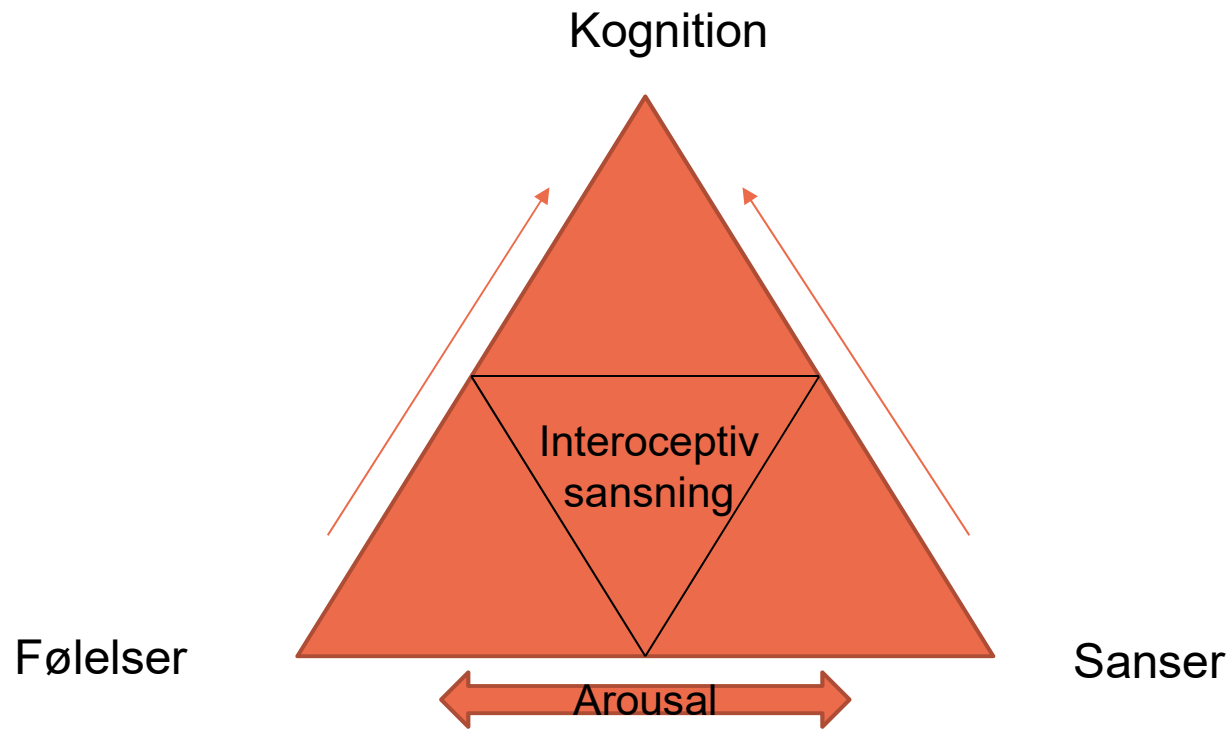
---

- ▶ Hvad ved vi om følelsesmæssig udvikling?
- ▶ Hvad ved vi om tilknytning?
- ▶ Hvad lykkes vi med i det daglige?
- ▶ Hvad mangler vi viden om?



# Hvordan kan man forstå udvikling, adfærd og arousal?

---



# Den neuroaffektive trekant

---

## Neuroaffektiv forståelse

Forståelse af, hvorfor andre gør, som de gør



## Selvagens

Min indflydelse på, at  
Det går som det går

## Metode

Hvilken vej skal jeg gå, og hvad  
skal jeg gøre?



# Hvad er tilknytning?

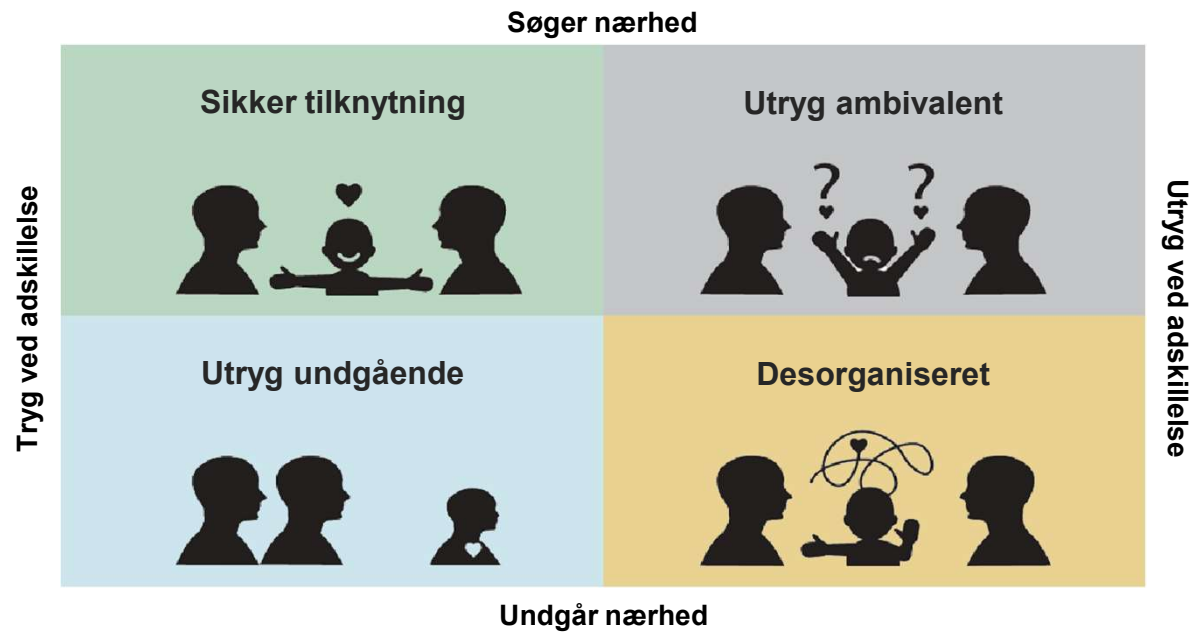
---

- ▶ Børn fødes med et tilknytningssystem
- ▶ Dette aktiverer forældrenes omsorgssystem
- ▶ Samspilsprocesser afgør tilknytningen
- ▶ Erfaringer afgør hvordan vi indgår i relationer fremadrettet
- ▶ Nogle børn er født med andre forudsætninger ...





# Oversigt over tilknytningsmønstre



Model om tilknytningsmønstre, opsat med tekst og billeder fra "Mentaliseringsguiden" af Janne Østergaard Hagelquist



# Tryk tilknytning

---

- Samspillet med forældrene var præget af forudsigelighed, følsomhed, accept, samarbejde, opmærksomhed, tilgængelighed, nærvær, beskyttelse, trøst, interesse og rummelighed.
- Barnet vokser op med tillid og føler sig fri til at udforske verden. Barnet bliver understøttet i at udvikle selvstændighed. Barnet har fuld tillid til det bliver trøstet og hjulpet af sine forældre. Forældrene er den trygge base.



# Undgående tilknytning

---

- Samspelet med forældrene var præget af distance, skæld ud, kritik, afvisning, kulde, ignorering, fordømmelse, censur, alene, fjendtlighed.
- Barnet har en tro på, at der ikke vil blive reageret på dets søgen efter omsorg. Barnet har derimod en forventning om at blive afvist. Et sådant barn vil forsøge at være emotionelt selvtilstrækkelig og derfor ikke forsøge at få omsorg og finde trøst hos forældrene.



# Ambivalent tilknytning

---

- Samspillet med forældrene var præget af uforudsigelighed. Nogen gange var der relevant og kærlig kontakt, andre gange utilgængelighed og afvisning.
- Barnet skruer ned og ophører eventuelt helt med at vise sine behov og følelser, vil i stedet forsøge at tilpasse sig også det ofte usagte.
- Barnet må gætte og pejle sig ind på, hvordan det bedst beskytter sig selv.
- Barnet er i tvivl om forældrene er til rådighed når der er brug for det.



# Disorganiseret tilknytning

---

- Samspeilet med forældrene var præget af uforudsigelighed, manglende omsorg, vold, overgreb, misbrug, krænkelse.
- Barnet søger instinktivt trykthed hos forældrene samtidig med, at det er bange for dem. Denne dobbelthed er meget skadelig for barnets udvikling.



# Tilknytningsmønsters betydning

Trygt (60-70%)	Undgående (15-20%)	Ambivalent (10%)	Disorganiseret (5%)
Tilfreds	Reagerer kun svagt ved adskillelse og ignorerer ved genforening	Protesterer ved adskillelse, men ambivalent i kontakten.	Modsætningsfyldt adfærdsmønster
Ærlig	Rationel tilgang til livet, tager afstand fra følelser og flygter, når man mærker nærhed eller stress	Følelsesorienteret tilgang til livet, jægter og klæber sig til andre. Er usikker/ængstelig og afhængig af andre	Panik og angst
Robust	Dominerende	Pleasende	Ikke aflæse andre
Åben	Selvkritisk	Omklamrende	Hypersensibilitet
Tillidsfuld	Logisk, konkret og analytisk tænkning – mere optaget af ting end af mennesker	Følelsesmæssig sulten	Tiltrukket af ekstreme situationer
Flexibel	"Jeg har ikke behov for nogen"	"Jeg har brug for at være sammen med nogen"	Voldsomt skiftende humør
Optimistisk	Lavt selvværd	Lav selvtillid	Indre kaos



# Still face experiment

---



# Gruppedrøftelse

---

- Tænk på en borger
- Hvilket tilknytningsmønster gør sig mon gældende?
- Hvorfor?
- Hvilken forskel gør det for jeres syn på borger, at adfærden måske er foreneligt med et tilknytningsmønster?





# Egenrefleksion

---

- Hvilket tilknytningsmønster har du mon selv?
- Overvej hvordan du møder vrede, ked af det-hed, afvisninger.
- Hvilken betydning har det for min måde at møde borger på?
- Hvad skal jeg være opmærksom på?



# Forskellige typer omsorgssvigt

---

Der skelnes mellem 4 former for omsorgssvigt, som kan være både aktive/passive og fysiske/psykiske.

Omsorgssvigt	Fysisk	Psykisk
Aktivt	Vold, seksuelle overgreb, binder barnet, brænder barnet osv.	Ydmygende tiltale, overfusninger, fastlåst negativ rolle
Passivt	Mangel på mad/drikke, mangel på hjælp til hygiejne som ren ble, rent tøj osv.	Manglende stimuli, fravær af deltagende voksne, der støtter barnets udvikling



(Christensen & Jørgensen, 2008. Hagelquist, 2012)



# Traumer og udviklingstraumer

---

- Fysiske traumer
- Psykiske traumer
- Udviklingstraumer
- Choktraumer



# Tegn på traumer

---

- ▶ Urolig, uligevægtig, ængstelig
- ▶ Følelsen af at det farlige vender tilbage – overaktiv amygdala - stress
- ▶ Svært ved at styre følelser
- ▶ Undgåelsesadfærd – Siger borgeren nej fordi pågældende undgår noget, eller siger pågældende nej pga begrænsede eksekutive funktioner, så pgl egentlig beder om mere forudsigelighed (de 10 H'er)
- ▶ Vrede
- ▶ Genoplevelse – lyde, dufte, følelser, stemmer, steder, situationer, der kan trigge, så borgeren genoplever nogle af de svære følelser, som var.
- ▶ Fysiske reaktioner



# Forvrænget opfattelse af virkeligheden

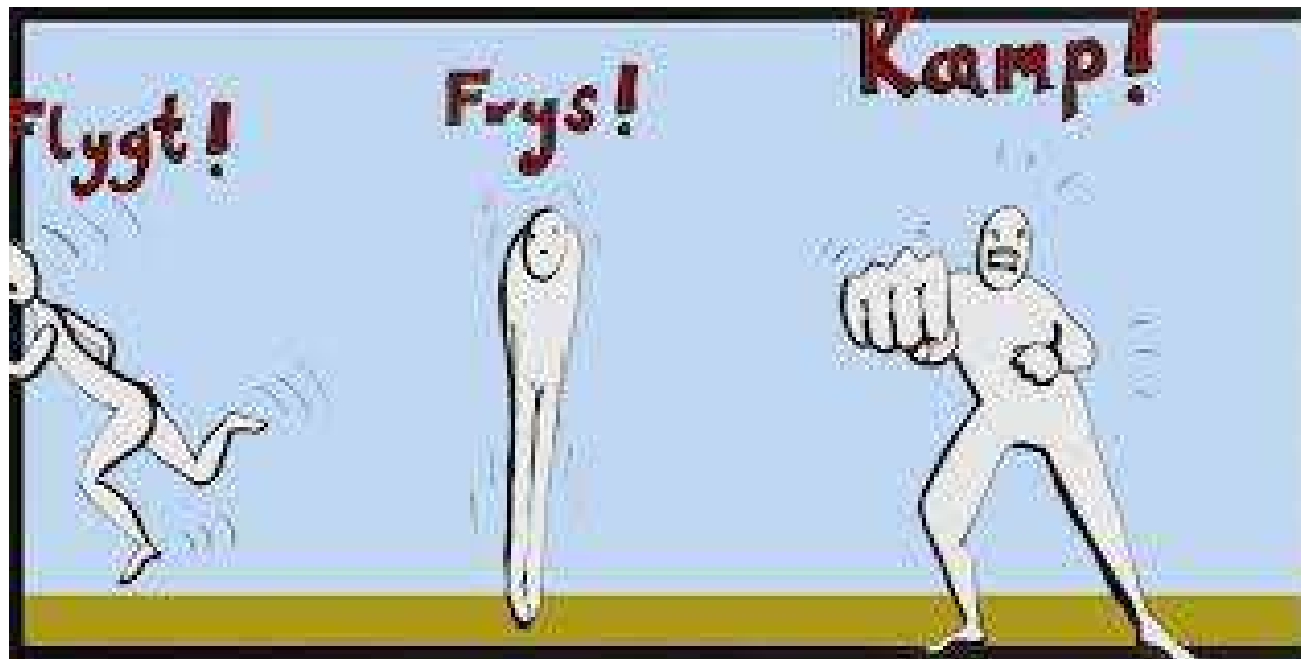


29



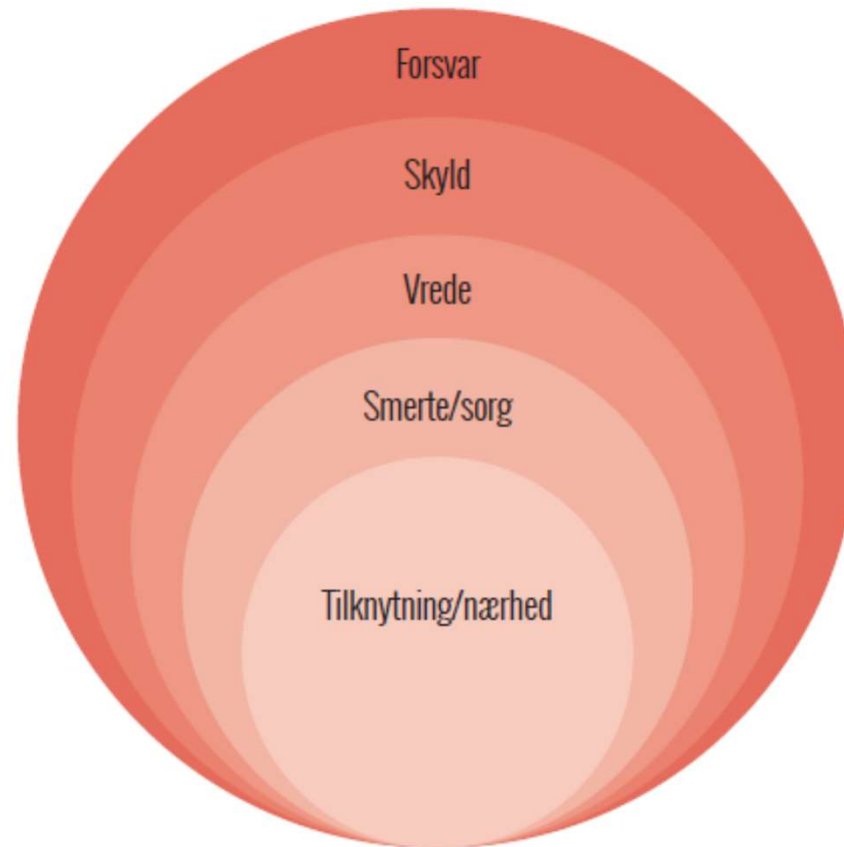
# Stressrespons, biologisk

---



# Tilknytning og forsvar

---



# Hvad er et psykologisk forsvar?

---

- Beskytter os mod højintense følelser, som vi ikke kan rumme
- Forsvaret gør det lettere at håndtere
- Kan se ud på forskellige måder

Vores opgave:

- At identificere forsvaret og arbejde bag ved det, så der ikke længere er brug for det.





# Gruppedrøftelse

---

- Tænk på en borger, som I ved har haft en vanskelig opvækst/udsat for traumer
- Hvilke reaktioner og forsvar ser I hos borgeren? Hvordan kan I forklare adfærden ud fra det vi lige har talt om?
- Hvilken forskel gør det for jer, at forstå borgerens adfærd som mulige traumereaktioner?



# Quiz: Er det sandt eller falsk?

---

		SANDT	FALSK
1	Mennesker har igennem hele livet evnen til at danne nære tilknytningsbånd til deres omsorgspersoner		
2	Mennesker danner flere tilknytningsrelationer		
3	Menneskets første tilknytningsrelation (som oftest er til deres forældre) er uerstattelige og vil altid præge dets udvikling		
4	Tilknytningsrelationer er alle de relationer som mennesket har til deres omgivelser		
5	Tilknytningsrelationer er stærkest til de biologiske forældre		
6	Pædagogen skal helst holde lidt følelsesmæssig afstand til beboeren, så bruddet ved en adskillelse bliver mindre smertelig		
7	Mennesker, som er ukritiske i hvem de søger i forhold til trøst og beskyttelse kan lære at være mere kritiske ift hvem de søger tryghed hos		



# Hvordan arbejde med følelsesmæssig udvikling i praksis?

---



# Etablering af en tryk relation

---

- ▶ Viden om borger: Livshistorie, neuropædagogisk og/eller neuropsykologisk udredning mv.
- ▶ Anerkendelse og validering
- ▶ Overførings- og modoverføringsprocesser
- ▶ Selvregulering
- ▶ Samspilsprocesser
- ▶ Redskaber



# At arbejde med tryghed

---

- ▶ Hvordan arbejder vi med at borger kan føle sig tryk?
- Samspelet med forældrene var præget af forudsigelighed, følsomhed, accept, samarbejde, opmærksomhed, tilgængelighed, nærvær, beskyttelse, trøst, interesse og rummelighed.
- Barnet vokser op med tillid og føler sig fri til at udforske verden. Barnet bliver understøttet i at udvikle selvstændighed. Barnet har fuld tillid til det bliver trøstet og hjulpet af sine forældre. Forældrene er den trygge base.



# Samspilsprocesser

---

- ▶ Samstemning – affektiv afstemning
- ▶ Synkronisering
- ▶ Spejling
- ▶ Reparation



# Samstemning og affektiv afstemning

---

Hvad sker der på billedet?

Hvordan vil I møde denne kvinde?





# Reparation

---

Hvordan gør man det godt igen, når noget er gået skævt? Det kan både være når borgeren har gjort noget uhensigtsmæssigt, eller hvis du selv har.





Sikkerhed	Tænk traumer	Opbyg evner	Ressourcer	Mentalisering
<p>Har vi gjort os overvejelser om, hvordan borgerens tilknytningsmønster kan have betydning for adfærden?</p> <p>Hvordan støtter vi borgeren i at opleve sig tryk i hverdagen?</p> <p>Hvordan sikres personalets tryghed, når borgeren er i affekt?</p> <p><b>Redskaber:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pædagogiske hovedbudskaber</li> <li>• GT redskab</li> <li>• Intensive interaktion</li> <li>• Berøring</li> <li>• Ensartet håndtering og sparring</li> </ul>	<p>Har vi tilstrækkelig viden om traumer og traumers betydning for borgerens trivsel?</p> <p>Hvilke traumer tror vi, at borgeren har oplevet?</p> <p>Hvordan ser traumereaktionerne ud?</p> <p>Hvilke <u>triggere</u> har borgeren?</p> <p><b>Redskaber:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <u>Arousalskema</u></li> <li>• Registrering</li> <li>• Livshistorie</li> </ul>	<p>Kognitiv udviklingsalder: Følelsesmæssig udviklingsalder:</p> <p>Hvilke mål arbejder vi med? Er de realistiske <u>ift</u> udviklingsalder? Har vi husket "værens mål"?</p> <p><b>Redskaber:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Individuelle forudsætningsobservationer – medarbejder</li> <li>• Leg</li> </ul> <p style="text-align: center;">Magiske øjeblikke</p>	<p>I hvilke sammenhænge og relationer kommer borgers positive sider mest til udtryk? Hvorfor?</p> <p>Hvordan italesætter vi borgers reaktioner i et resourcefokus?</p> <p>I hvilke situationer udfordres vi <u>ift</u> at tænke resourcefokuseret?</p> <p><b>Redskaber:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Individuelle forudsætningsobservationer – borger</li> <li>• Narrativ opmærksomhed</li> </ul>	<p>I hvor høj grad oplever du, at du formår at <u>mentalisere</u> borgeren, når han/hun har det svært?</p> <p>—————&gt;</p> <p>Hvordan oplever du, at være i stand til ikke at blive overvældet af egne indre tilstande?</p> <p>—————&gt;</p> <p><b>Redskaber</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <u>Mentaliseringsredskaber</u> til professionelle</li> </ul>
<p>Hvad er vores indsatsmål <u>ift</u> sikkerhed/tryghed?</p>	<p>Hvad er vores indsatsmål <u>ift</u> traumer?</p>	<p>Hvad er vores indsatsmål <u>ift</u> at opbygge evner? Hvad skal borger lære?</p>	<p>Hvad er vores indsatsmål omkring resourcefokus <u>ift</u> borgeren?</p>	<p>Hvad er vores indsatsmål <u>ift</u> mentalisering?</p>

Inspiration fra Center for Mentalisering



# Pædagogiske hovedbudskaber

---

- ▶ **Jeg er her**
- ▶ **Jeg ser dig**
- ▶ **Jeg passer på dig**
- ▶ **Jeg står fast uden at overskride dine grænser**
- ▶ **Jeg anerkender dig – du har værdi og tilbydes kontakt og interesse, fordi du er dig**



Adfærd, der bekymrer mig	Hvad gør jeg?	Hvordan tror du, at borger oplever dig?	Hvordan kan du reagere, så borger oplever dig tryk og kærlig?
Skriger af mig			
Løber fra mig			
Napper mig			
Spytter på mig			
Nægter at være sammen med mig			
Skælver ved berøring			
Anden adfærd			



# Intensive interaction

---

Hvordan lærer jeg  
Intensive Interaction?

Intensive Interaction Danmark  
[www.intensiveinteraction.dk](http://www.intensiveinteraction.dk)



# Oxytocin – ”tilknytningshormonet”

---

- Sænker udskillelsen af langtidsstresshormonet kortisol
- Øger kroppens evne til at optage næringsstoffer
- Fremmer fordøjelsen
- Styrker immunforsvaret
- Afbalancerer kolesterolet i blodet
- Dæmper angst og mindske bekymring
- Bevirker, at du føler dig mere afslappet
- Forbedrer din indlæringsevne og kreativitet
- Give dig større overskud i hverdagen, også til at udvise omsorg og rummelighed overfor andre mennesker
- Sænker puls og blodtryk



+

Borger/ Navn Observationer:	Grøn Tryk/ rolig – Tegn og adfærd, hvad vi ser her?	Gul Årvågen/vagtsom – tegn og adfærd, hvad vi ser her?	Rød Alarmberedskab – tegn og adfærd, hvad vi ser her?
Hvad ser, observerer og oplever vi her?			
Hvilken pædagogik/ tiltag ved vi der understøtter borger til nedregulering af arousal (det ved vi virker beroligende)			
Hvilken tiltag virker optrappende/opregulerende på borgers arousal? (hvad skal vi absolut ikke gøre?)			
Hvordan er min egen stemning/ <u>arousal</u> ? Hvordan kan det ses udefra? Mærkes indefra?			
Hvad er hjælpsomt for mig <u>ift</u> nedregulering? Hvad har jeg brug for at gøre selv? Hvad kan mine kolleger/leder gøre?			



# Magiske øjeblikke – opbyg evner

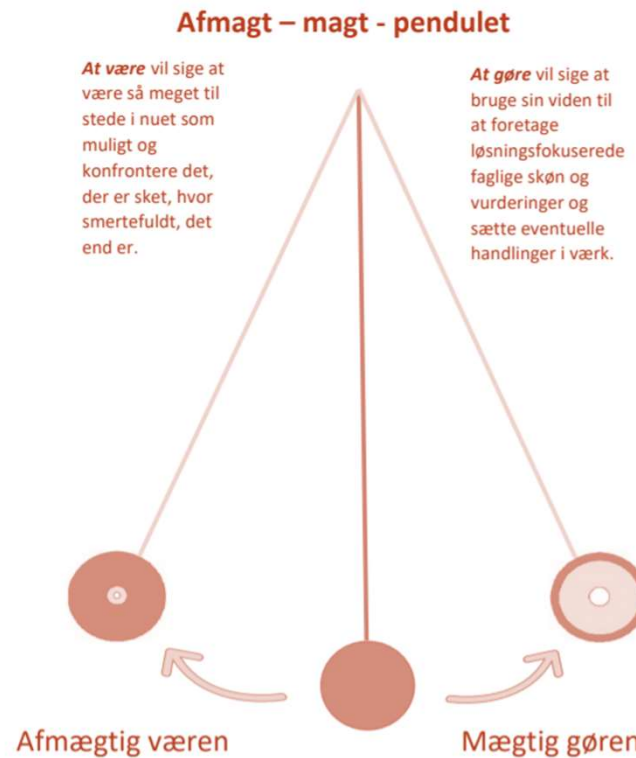
---

- ▶ Et særlig øjeblik hvor 2 mennesker opnår en særlig form for mental kontakt
- ▶ Stjernestunder
- ▶ Et værens-øjeblik, hvor man føler sig set, hørt og forstået
- ▶ Man føler sig forbundet til et andet menneske
  
- ▶ Pædagogisk ansvar for at disse øjeblikke kan opstå
- ▶ Hvilke trusler er der mod disse øjeblikke?



# Væren vs. gøren (opbyg evner)

---



Rikke Høgsted  
2019





# Legens betydning for følelsesmæssig udvikling

---

Leg skaber:

- ▶ Tryghed (smil og latter signalerer tryghed og ingen fare)
- ▶ Styrker en tryk tilknytning
- ▶ Fælles begejstring (jeg er også noget for den anden)
- ▶ Oplevelse af at være en del af et fællesskab
- ▶ Erfaringer om sig selv og verden
- ▶ Fornemmelse af at være elsket
- ▶ Selvværd (jeg er værd at være sammen med)
- ▶ Fornemmelse af at det er dejligt at dele positive følelser med andre
- ▶ Fornemmelse for regulering



# Narrativ opmærksomhed

---

- ▶ *”Når Pia er i rød bliver hun udadreagerende og jagter bestemte personaler.”*

Eller ...

- ▶ *”Når Pia bliver utryg passer hun på sig selv ved at blive meget insisterende i at søge tryghed hos bestemte personaler.”*



# Mentalisering

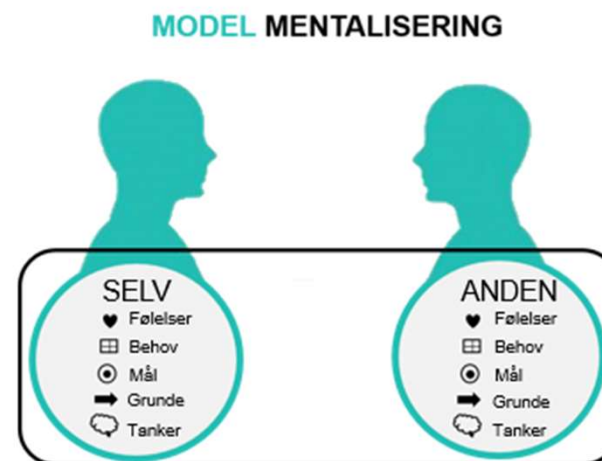
---

## Hvad er mentalisering?

Mentalisering handler om at have sindet på sinde.

Det vil sige:

- At forstå sig selv og andre på baggrund af mentale tilstande såsom tanker, følelser, behov, motiver, impulser
- At se bag om adfærd
- At se sig selv udefra og den anden indefra



Janne Østergaard Hagelquist: Mentaliseringsguiden (side 77)



# Mentalisering og tilstræbt indefra perspektiv

---

- Ønsker og hensigter: Hvad kæmper borgeren mon for eller med?
- Hvad vil han mon gerne opnå eller undgå?
- Følelser: Hvilke følelser har han mon?
- Mestring: Hvad oplever han, at han selv kan gøre, som hjælper?
- Relation til os: Hvad beder han os om at gøre mere eller mindre af? Hvad vil han mon fortælle os?



# Ark til prøvehandling

---

<b>Bosted:</b> <b>Seminar nr.:</b> <b>Gruppe/team:</b>
--

<u>Hvad</u>	<u>Hvorfor</u>	<u>Hvordan</u>	<u>Hvem</u>	<u>Hvornår og hvor</u>	<u>Status</u>

<b>lagttagelser</b> Hvad vil vi kigge efter? Hvordan vil vi kunne se om handlingen virker eller ikke virker?
---



# Litteratur

---

- ▶ VISS (2019) Integrativ neuropædagogik. VISS videncenter Sølund Skanderborg
- ▶ Perry og Szalavitz (2011/2018) Drengen, der voksede op som hund: hvad vi kan lære af traumatiserede børn om tilknytning, tab og heling. Hans Reitzels Forlag
- ▶ Rygaard og Rasmussen (2021) Kort og godt om tilknytning. Dansk Psykologisk Forlag
- ▶ Christensen og Jacobsen (2017) Med mig selv som redskab. Om at være professionel med følelser. Frydenlund.
- ▶ Isdal, Per (2018) Medfølelsens pris. Når professionelle hjælpere har brug for hjælp. Akademisk Forlag
- ▶ Elvén, Hejlskov (2010) Problemskabende adfærd ved udviklingsforstyrrelser og udviklingshæmning. Dansk Psykologisk Forlag
- ▶ Hagelquist, Janne Østergaard (2023) Mentalisering i omsorg og pleje. Akademisk forlag

