

# Udvidet forældresamarbejde

-Hvordan kan vi bruge mentalisering til at styrke samarbejdet i udfordrende situationer?

torsdag den 11. april 2019

Basen

# Mentalisering

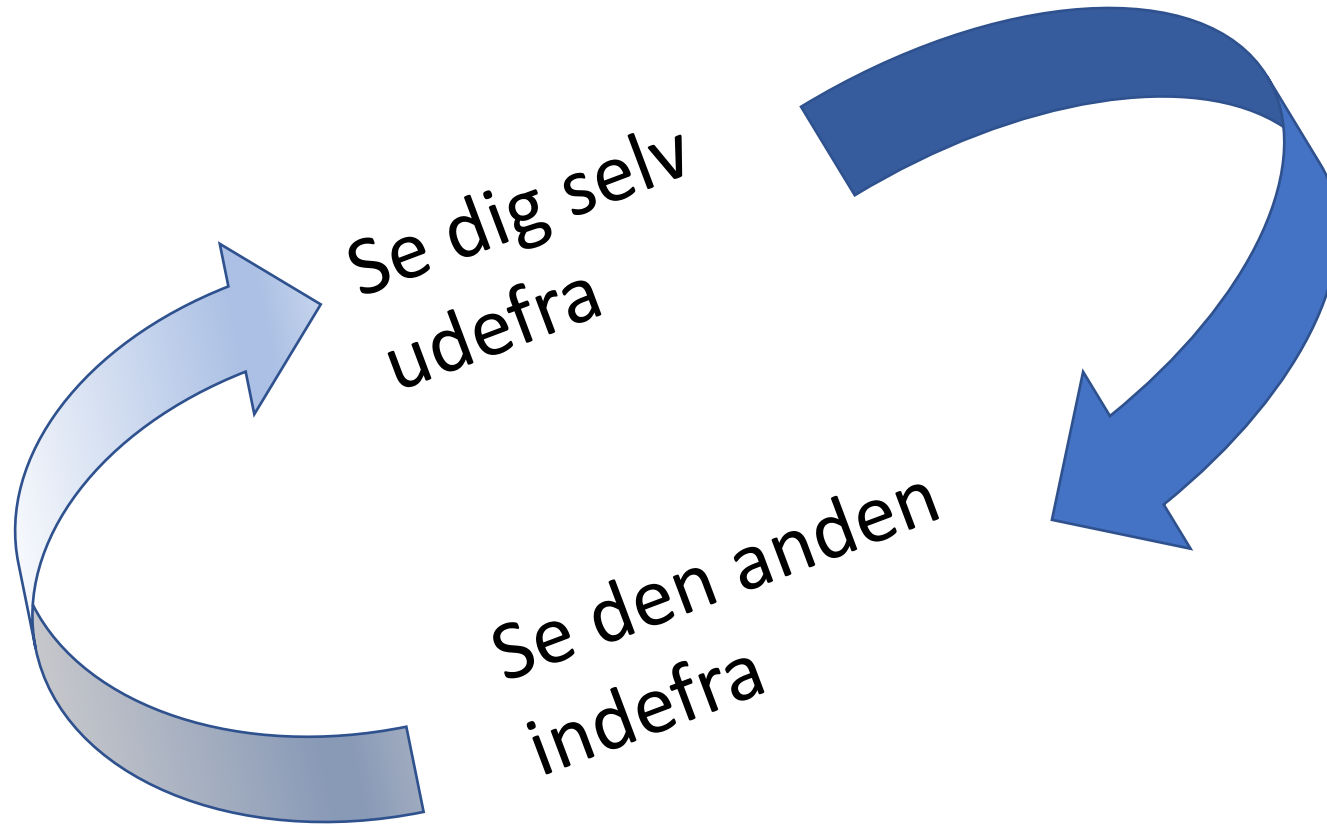
- **At se sig selv gennem den andens øjne**
- Hvordan ser jeg mig selv, gennem barnet/forælderens(den/dem jeg arbejder med's) øjne.... Vigtigt spørgsmål at stille sig selv løbende...
- Mentalisering er en form for fantasifuld mental aktivitet om andre og sig selv, opfattelse og fortolkning af menneskelig adfærd i form af forsætlige mentale tilstande; behov, ønsker, følelser, overbevisninger, mål, fantasier, formål, grunde, misforståelser, vrangforestillinger
- At se os udefra og andre indefra
- **Humor** – helst som evnen til at kunne i tale sætte og vise egne "fejl" eller fejltagelser og evnen til at gøre brug af selvironi

# Hvad er mentalisering?

Mentalisering er en form for fantasifuld mental aktivitet om andre og sig selv, opfattelse og fortolkning af menneskelig adfærd i form af forsætlige mentale tilstande;

behov, ønsker, følelser, overbevisninger, mål, fantasier, formål, grunde, misforståelser, vrangforestillinger.

At se os udefra og andre indefra



Tommy Hjordt, Familiekonsulent, 22130597

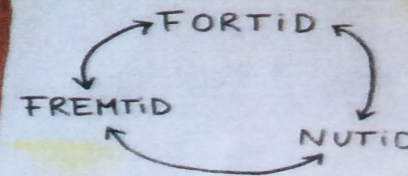
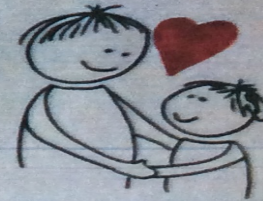
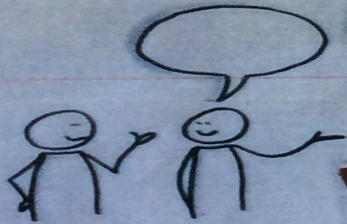
# Mentalisering er:

At se os selv udefra  
og andre indefra

En brugbar vej til  
en stærkere tilknytning

En måde at forstå  
misforståelser, at  
bedre kommunikationen

At skabe forståelse af  
sammenhæng, mellem  
fortid, nutid og fremtid



# Mentalisering er en forestillingsevne, som:

- Vi bruger til at be-gribe, hvad der (nok måske) sker hos den anden, med indbygget uvished/gætteri
- Kommer og går. Den kan genskabes – ofte ved hjælp og ved at opklare misforståelser.
- Ikke er effektiv fordi vi læser den korrekt, men fordi vi gætter og tager imod feedback, Vi gør **“Wondering”**.
- Er altafgørende for læring – så fokusér på at understrege den, stimulere den og stoppe, når den er brudt sammen.

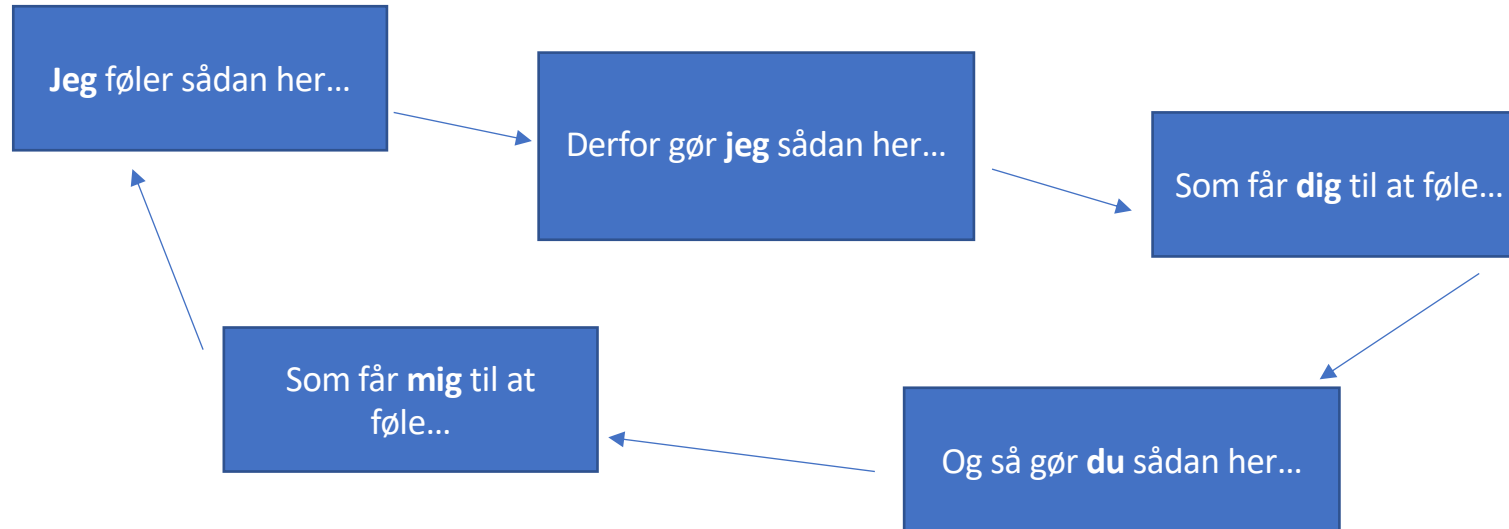
# Når mentaliserings-kæden falder af..

- Vi kan ikke cykle videre mod vores mål, så vi må stå af og tjekke, hvorfor den røg af
  - 1). Stop op
  - 2). Gæt på, hvad der sker og
  - 3). Skab en ny kontekst med flere gæt
- Vi har nu mulighed for at opdage nye veje

## Hvad er mentalisering?

Evnen til at skabe mening i ens egen følelsesmæssige og rationelle verden

At se én selv udefra og andre indefra

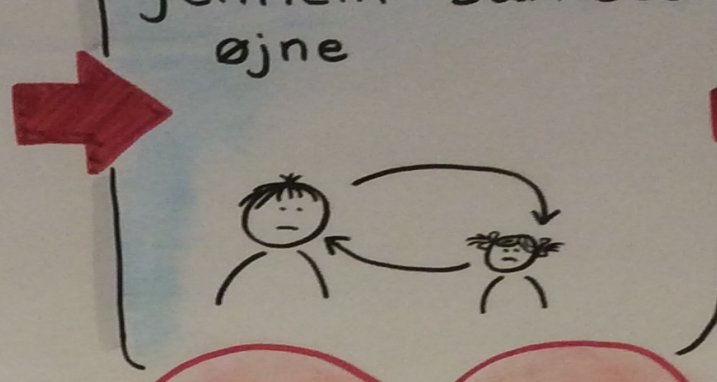
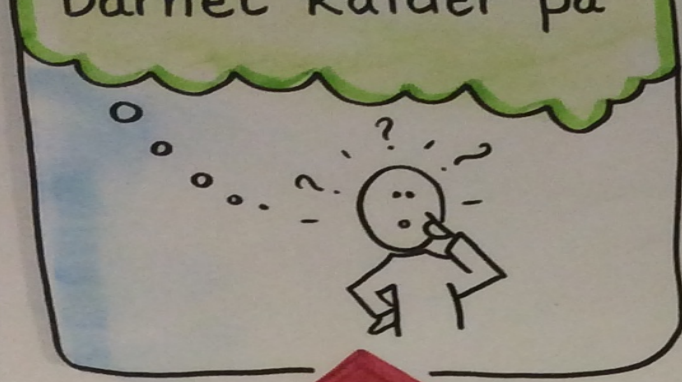


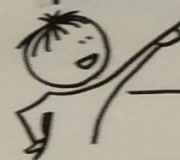
Det er fokus på mentale tilstande og ikke på handling

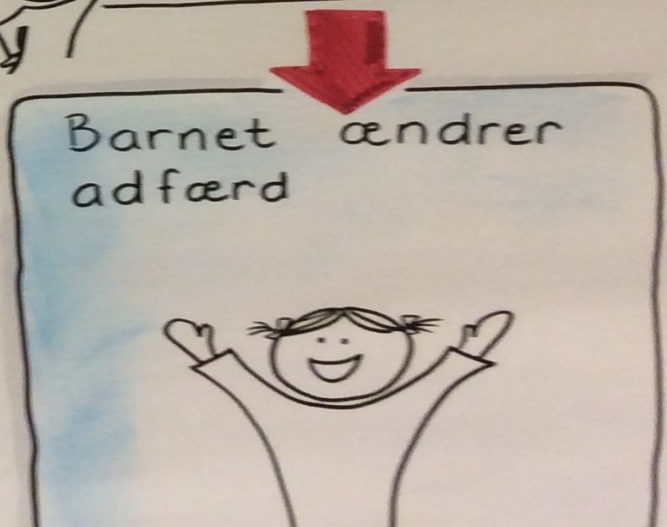
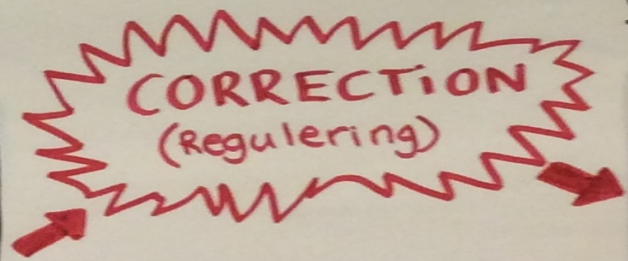
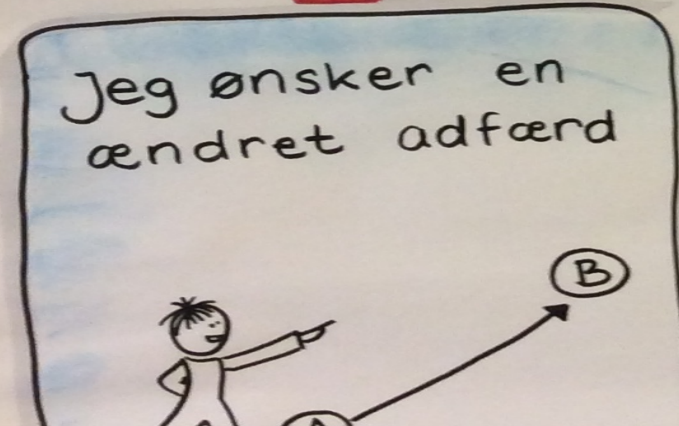
Eia Asen 2016

Tommy Hjordt, Familiekonsulent, 22130597





- \* Forberedelse
  - \* Tid
  - \* Evner
  - \* Referencer
  - \* Få valg
  - \* Roligt udtryk
  - \* Timing
- 
- A hand-drawn diagram showing a list of factors and a person pointing upwards.



Stilhed/opgivende

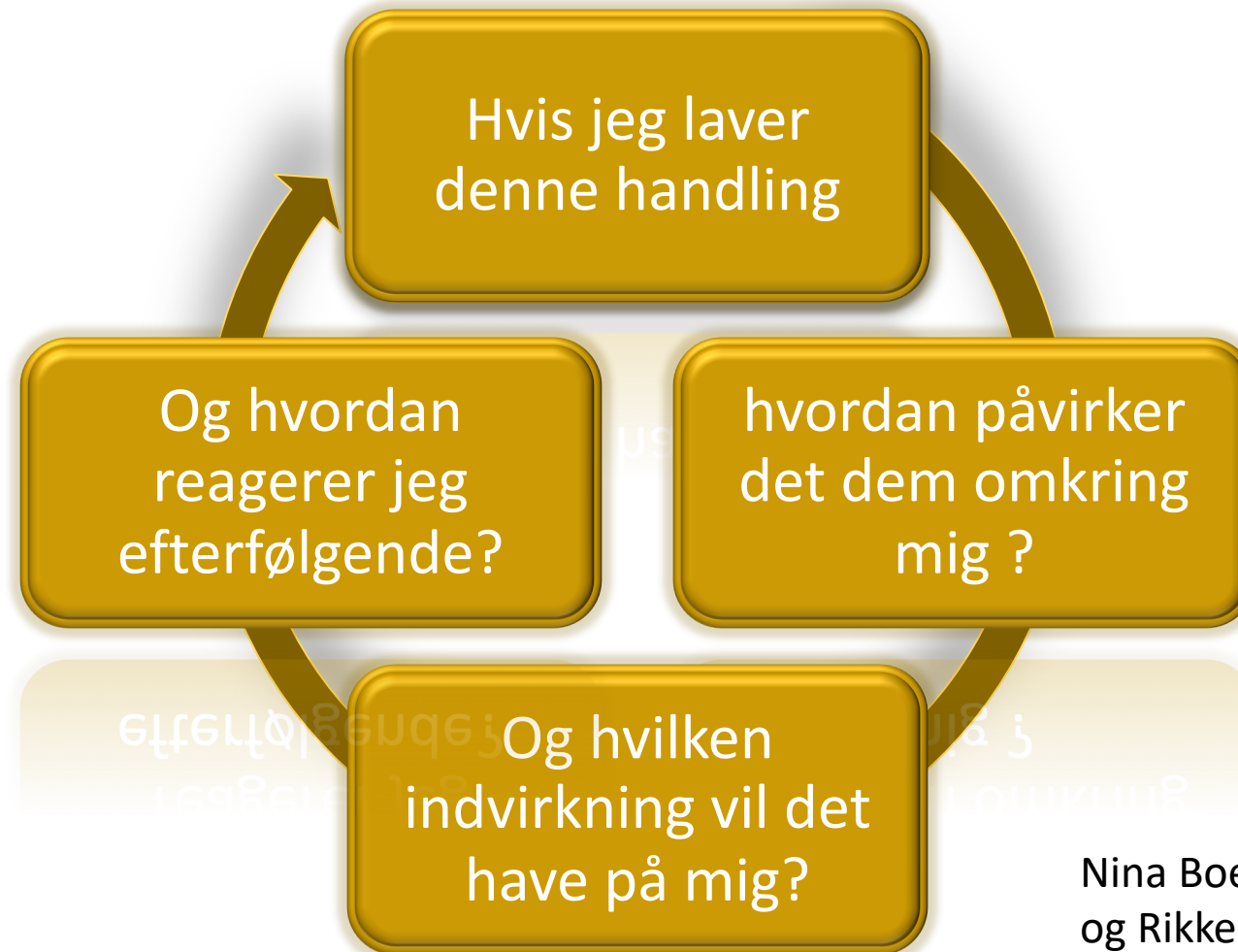
# Epistemisk trust, (Velbegrundet tillid)

- henviser til den specifikke form for tillid, der kræves af en person for at muliggøre social læring. Den velbegrundede tillid er netop tilliden til socialviden, at en potentiel "lærer" kan have noget at tilbyde den potentielle lærende. Denne tillid bygger på og udløses af en viden om, at læreren har tilegnet sig viden og på sympatisk vis forstået de afgørende ting om mig og min situation-mentalisering. Tillid til at den anden har bemærket og forstået, hvordan det er at være mig, her, nu, i denne kontekst

Peter Fonagy og Eia Asen, Anna Freud Centre, London

# Når vi skaber connection opbygger vi erfaring med Epistemisk Tillid

- Connection gennem :
  - - en varm forbindelse med engagement
  - - Forståelse og indlevelse
  - - Nysgerrighed
- Tydelig signalering om hvor man selv står og hvad man gerne vil forstå mere
- Virker fordi:
  - Vi stoler på den der læser bag vores handlinger og forsøger at se os indefra
- Effekten er :
  - Vi erfarer at forandring kan ske når vi følges med andre om det der svært
- En bunke tryk læring og tillid: sikker tilknytning
- En bunke utryk læring og tillids-skepsis: en usikker tilknytning.



Nina Boelsgaard  
og Rikke Lyngdam

Tommy Hjordt, Familiekonsulent, 22130597