



ACT NOW 2021

VIBEKE BIE OG JENS WRAA LAURSEN
CAND.PSYCH., AUT. SPECIALISTER I PSYKOTERAPI FOR VOKSNE

Modul 7

Repetition og udvidelse af patientens og problemets historie og kontekst



OPKLARENDE SPØRGSMÅL



LIVSREJSE



CASEEKSEMPLE



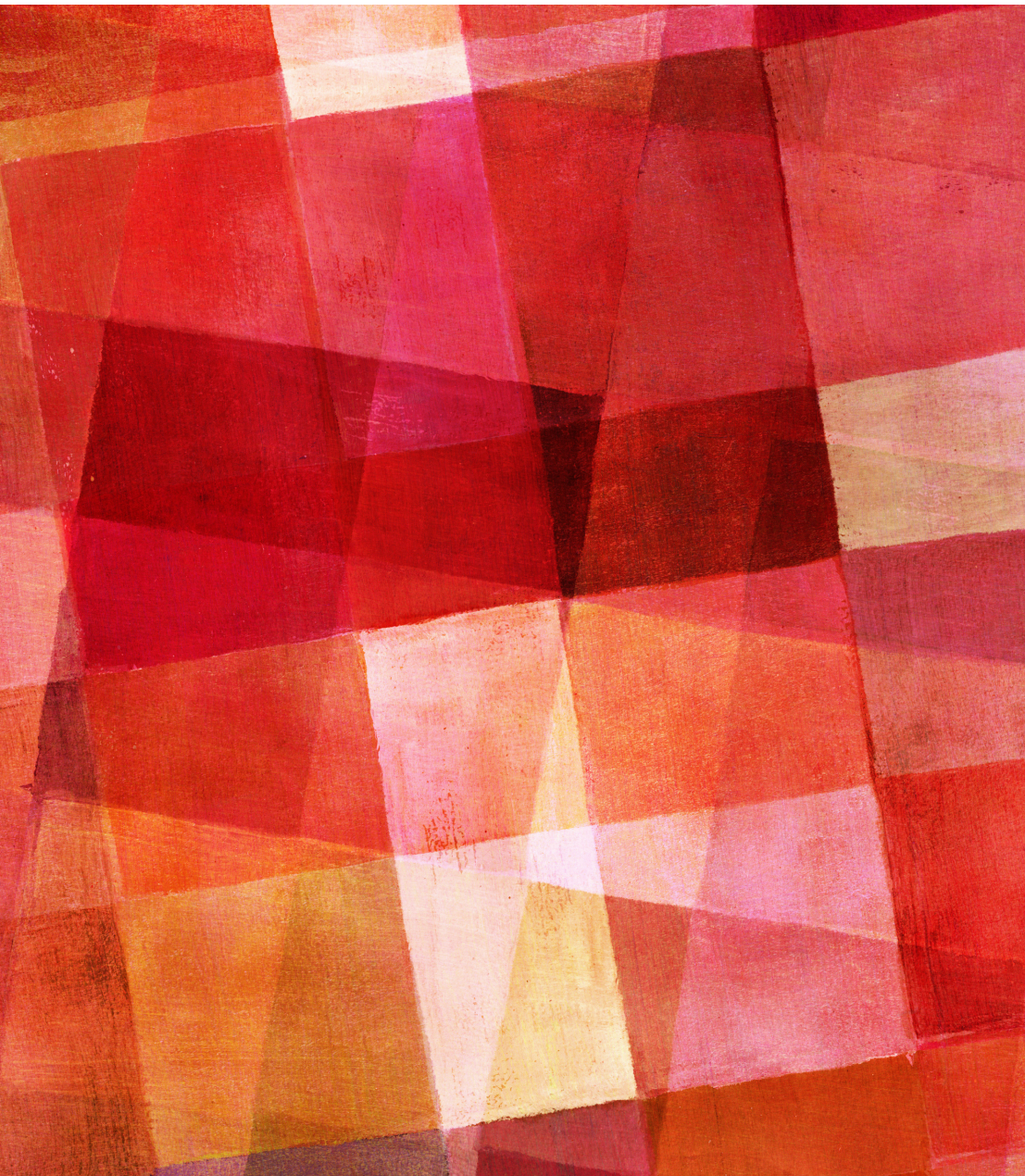
FOKUS I DETTE MODUL

- At vurdere, hvornår det er relevant at kigge på problemhistorien.
- At undersøge problemets funktionalitet i historien.
- At se på problemet med medfølelse.
- At kende typiske “historiefælder”.



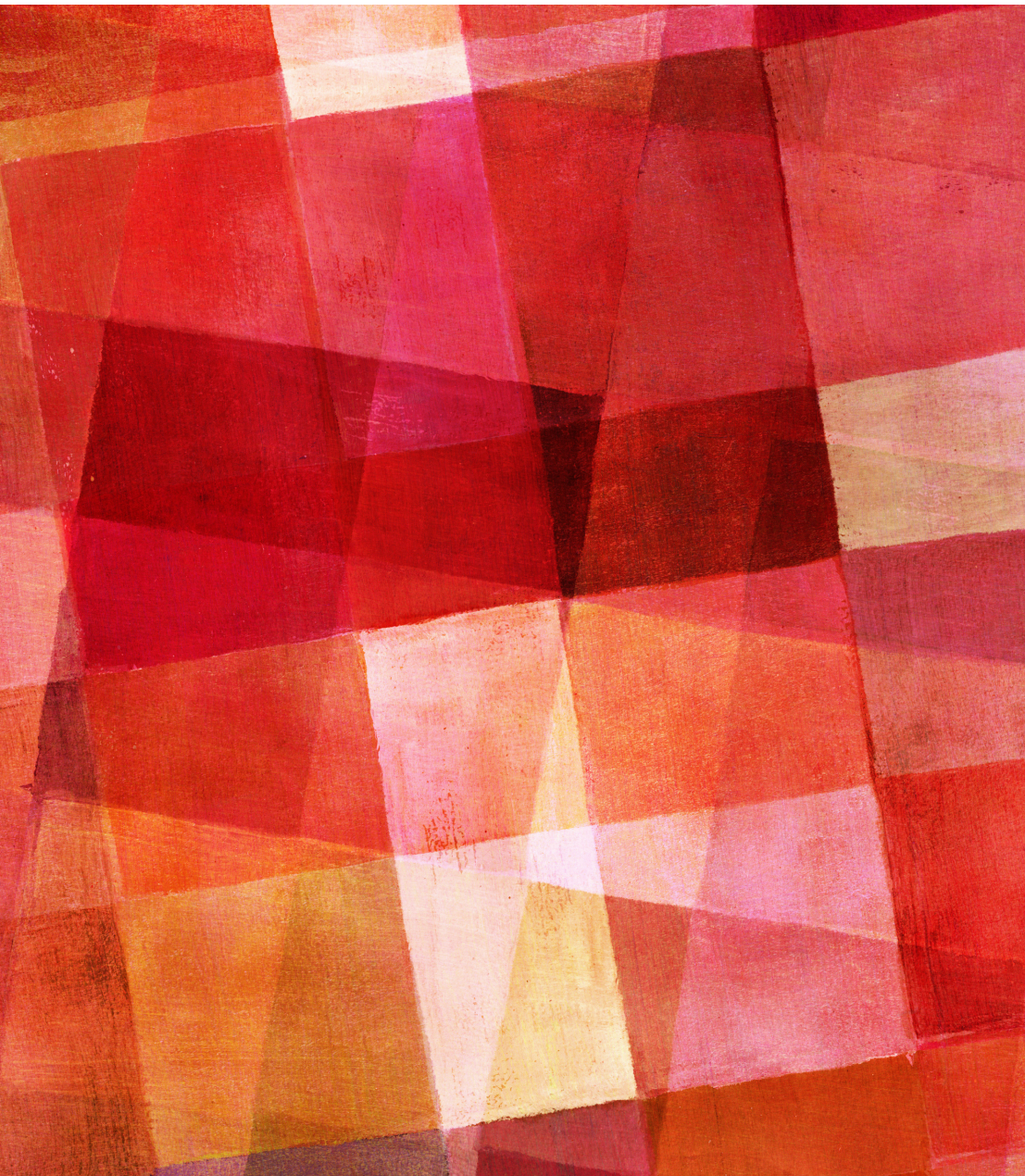
HISTORIEFÆLDER

- *Hvorfor har jeg det sådan her?*
- *Hvis bare jeg vidste, hvorfor jeg har fået det sådan her, så kunne jeg.....*
- *Hvis bare jeg spekulerer over alt det jeg (eller andre) har gjort forkert, så bliver det bedre.*
- Hvis årsagen til handlinger ligger i historien, kommer historien til at virke fastlåsende.



HVORFOR KIGGE PÅ HISTORIEN

- Forståelse for at adfærden er lært i en kontekst.
- Medfølelse (reducerer selvbebrejdelser og “skam-adfærd”).
- At undersøge hvilken funktion “dysfunktionel” adfærd har haft.
- At tydeliggøre, at problemadfærd er én farve på paletten, men at der også er plads til andre.



UNDERSØG PROBLEMETS HISTORIE

- Få indtryk af problemets udtryksform i nutiden.
- Undersøg hvor længe problemet har været i patientens liv.
- Kig på hvad i patientens liv, der har gjort at problemadfærden har virket funktionel.
- Anerkend “datidens funktionalitet”.
- Undersøg positiv og negativ belønning ved adfærden - både dengang og nu.
- Prøv evt. at anskue problemadfærden som en hjælper/rådgiver fremfor en fjende.
- Intervention: Fx. ved impuls til problemadfærd - “Sig tak til din hjerne for det forslag”.

VÆR OPMÆRKSOM PÅ:

- Om du bliver fanget af din patients historie.
- Om patienten emotionelt er med i samtalen eller om det blot bliver en fortælling.
- Om du får stoppet patienten, hvis han/hun er på vej ud af en tangent.

TRÆNING

OPSAMLING OG SPØRGSMÅL

