

14-15. december 2021
ACT og rusmiddelbehandling
Københavns rusmiddelcenter

Vibeke Bie og Jens Wraa Laursen
cand. psych., aut.,
specialister i psykoterapi med voksne
www.vibekebie.dk www.pnf.dk

Modul 5
14.-15. dec. 2021
Processerne i læge-
patient relationen



I dag vil vi fokusere på

- Egne værdier i arbejdet
- Hvad virker?
- Egne reaktioner
- Problemets historiske kontekst

Har du.. erfaringer og barrierer

- Gennemført dit planlagte eksperiment?
- Været nysgerrig og opmærksom på ACT-processerne generelt?
- Spurgt ind til processerne hos dine patienter?
- Trænet at bruge matrixen?
- Udforsket værdier med patienter?

Værdier:
Pejlemærker
Kvaliteter ved handlinger

VISUALISERING: PENSIONSRECEPTIONEN

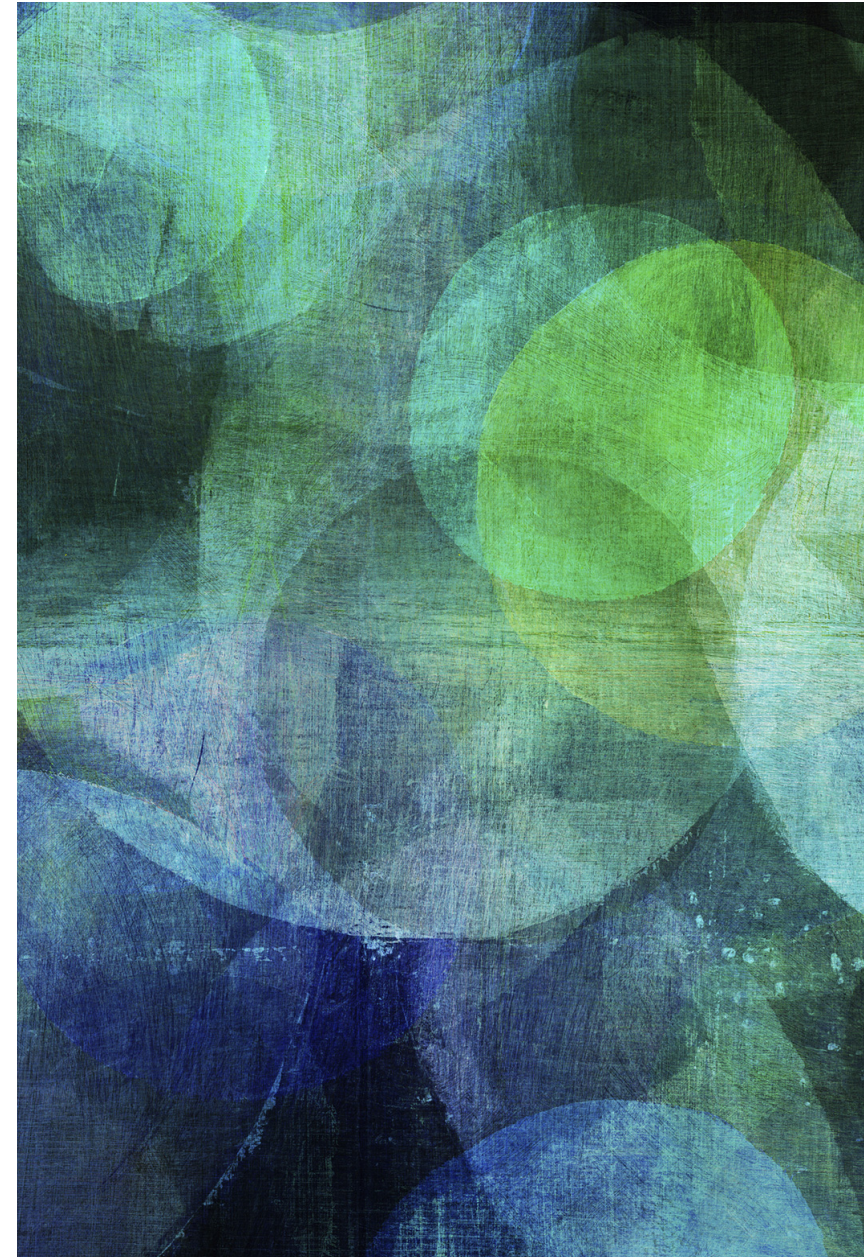
*Hvad har du virkelig
værdsat i dit arbejdsliv?*

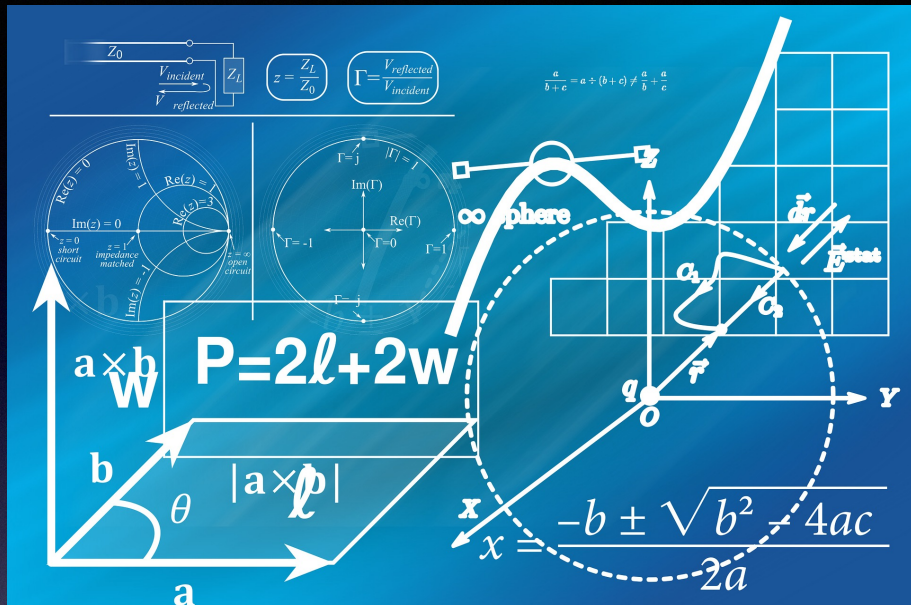


Hvad virker i psykoterapi?

- 60% tilskrives terapeutens tillid til sin metode og at terapeuten er tro mod sin metode.
- 30% tilskrives kontakten mellem klient og terapeut.
- 10% tilskrives metoden.

Frit efter Scott Miller







Problemets historiske kontekst - indlæringen

Pat Frimann: There's not such thing as a bad boy.



Hvad sker der i dig i mødet
med din patient?



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”.



LYT MED OPMÆRKSOMHED – SVAR FRA HJERTET

- Version 1:
Hør en patient beskrive en svær situation. Svar eller gør hvad der umiddelbart falder dig ind.
- Version 2:
Hør en patient beskrive en svær situation. Tag et øjeblik (brems din patient og sænk tempoet), mærk efter hvad der sker i dig og beskriv for patienten, hvad du lægger mærke til, når du lytter til klienten - og svar og gør så igen, hvad der umiddelbart falder dig ind.

*Øvelse fra Robyn Walser
"The heart of ACT" (2019)*

I dag vil vi fokusere på

- Selvmedfølelse
- Sagskonceptualisering for to
- Opsummering og valg af interventioner
- Din egen ACT-kontrakt

Selv-medfølelse

- Hvad er det?
- Hvorfor er det en god idé?
- Hvorfor kan det opleves rigtig svært?
- Hvordan kan man øve sig?

Sagskonceptualisering - for to

2 og 2

Vælg en patient du arbejder med.

Udfyld i samråd med din kollega.

En kolonne for din patient og en for dig.

Ny makker - præsenter din sagskonceptualisering og få feedback (flere forslag, muligheder man ikke selv havde set.) Makker skal være nyttig og ikke kritisk.



Opsummering

Modul 1	Modul 2	Modul 3	Modul 4	Modul 5
Kerne-processer	Matrix	Trang	Andre problemstillinger	Relationen ml. behandler og patient
Kreativ håbløshed		Eksponering	Proces-orienteret tilgang	Medfølelse
Fælles problem-forståelse og mål			Værdiarbejde	Indlærings-historie

Demo med reflekterende teams

- Rollespil med patient.
- Demonstrationssamtale.
- Input fra holdet.



Resourcer

- ACBS - <https://contextualscience.org>
- Russ Harris
- Podcasts
- Vores hjemmesider: www.vibekebie.dk og www.pnf.dk

Opsamling og afslutning

- Hvad har du gjort for at tilegne dig ACT?
- Hvilke barrierer har der været for at tilegne dig ACT?
- Hvad har du gjort for at overkomme disse barrierer?

- Hvad vil du nu gøre for at integrere ACT yderligere i din praksis?
- Hvad vil du gøre for at vedligeholde og udbygge din ACT-færdigheder?
- Hvilke barrierer kunne du forudsige vil dukke op?
- Hvad kan du gøre for at imødekomme disse udfordringer?

The background of the image is a dark, grainy, and blurry scene of rain falling. The raindrops are visible as white streaks against the dark blue-grey background. The overall mood is somber and contemplative.

**Livet handler ikke om at vente
til uvejret har lagt sig.
Livet handler mest om, at lære
at danse i regnen!**