

Intersubjektivitet, mentalisering och anknytning

Förutsättningar för kommunikation i
behandlingsituationer

POMS konferens 14 Oktober 2010
Björn Wrangsjö

Handikapp: varaktig oförmåga i genomsnittligt förväntad miljö

- Oförmågan kan kompenseras genom hjälpmedel, fysiska handikapp
- Oförmågan är samspelsberoende och genomslaget kan moduleras

ADHD i klassrummet och hos skolpsykologen

Funktionsinskränkningens källa

- Intryck: problem med sinnesorganen: syn, hörsel, känsel
- Uttryck: muskulära problem i vid mening bla CP
- Inre informationshantering,
 - autismspektrum, brist på mentalisering,
 - Utvecklingsstörning, brist på ord och kognitiv bearbetning

Behandlingssammanhang

- Individuellt
- Familj, föräldrar
- Grupp
- Miljön, institution

Evidensläge vad gäller psykologisk behandling

- CRT
- Klinisk effektivitet
- Transportabilitet

Kurativa faktorer

- Metod
- Individuell skicklighet
- Optimal behandlingssituation
- Behandlingsrelation

Behandlarrel. Kommunikationens anatomi

5

Intrapsykiskt

Interaktionellt

Intrapsykiskt

Person 1

Yttre uttryck

Person 2

Tanke Inre
Känsla artikulering
Avsikt

Verbala
Icke-verbala

Perception
"Uppfattning"

|
|
|

Tanke
Känsla
Svar

Perception
"Uppfattning"

Verbala
"Icke-verbala"

Tanke
Känsla
Svar

Centrala aspekter av ett möte

Intersubjektivitet: Ram för det interpersonella kontaktflödet

Mentalisering: individuellt reflekterande i detta fält

Anknytning: Den relationella basen för skydd och trygghet

- Intersubjektivitet är ett fält och en klangbotten för interaktion och relationer, samtidigt som det utvecklas och växer fram genom en interaktionsprocess.
- I fältet finns olika grader av ömsesidighet från total bekräftad samklang till förnekande av den andres närvaro
- Ömsesidighet avspeglas i ögonkontakt, gester, mimik, kroppshållning, turtagning

- Flödet i det intersubjektiva fältet är vanligen implicit, utanför medvetandet, men kan fokuseras medvetet, explicit
- Vanligt innehåll är: Förstår vi varandra, talar vi om samma sak, vill vi samma sak, gillar han/hon mig, är vi lagom nära varandra, vart är vi på väg?
- Mina erfarenheter och känslor stäms av mot dina, inklusive våra erfarenheter av varandra
- Vissa saker går att tala om andra inte. Vissa kommer man aldrig på tanken att tala om

Intersubjektiviteten har ett förstadium, *primär intersubjektivitet*. Det späda barnet tycks kunna stå i relation redan omedelbart efter födelsen avspeglat i dess förmåga att härma en vuxens mimik

Mor/primär vårdare och barn har ömsesidig koordination av beteenden, en förmåga att funktionellt svara på varandras signaler och en förmåga att reglera varandras emotionella tillstånd. Man kan förgräpa varandras intentioner

Dock saknas hos barnet förmågan att ännu uppleva den andra som ett subjekt.

Det subjektiva självet enligt Stern

Sekundär intersubjektivitet kräver förmåga till

- Interattentionalitet: dela uppmärksamhet
- Interintentionalitet: att dela intentioner
- Interaffektivitet: att dela känslor
- Matchning av beteende och känslor

Att dela fokus för uppmärksamheten

- Att märka om vi talar om samma sak kräver förmåga till decentrering, att kunna frigöra sin uppmärksamhet från sitt eget spontana fokus och kunna dela en annans
- Kunna uppmärksamma om man delar fokus eller ej kräver metakognition
- Förmågan att dela varandras fokus och ge mening åt den upplevelse som följer på fokuseringen är en grundläggande komponent i kommunikationen.

Ömsesidiga intentioner

- Intentionernas, avsikternas, komponenter är behov, önskningsar, begär, uppfattningar, mål och skäl
- Handlingar och uttryck drivs av och förmedlar avsikter, medvetna eller omedvetna,
- Interintentionalitet avser inte bara att avsikter ömsesidigt förmedlas utan också att de bekräftas i olika omfattning.
- Parterna uppfattar varandras avsikter. Det betyder inte nödvändigtvis att de delar varandras avsikter. De kan ana eller vara klara över att de helt eller delvis har olika avsikter.

Interaffektivitet

Detta betecknar förmågan att dela känslan i en upplevelse med en annan person

Två personers känslor kan förhålla sig på följande sätt:

- Man delar känsla, tex båda gläds eller är arga
symmetrisk relation
- En tar emot och bekräftar den andras känsla
komplementär relation
- Man har olika känslor med bekräftar varandras känslor
- Man känner olika med ömsesidig diskvalifikation

Hur kan man dela känslor

- Spegelneuronen peka mot en neurobiologisk mekanism som dock inte förklara den subjektiva upplevelsen av emotionellt samförstånd.
- Det icke verbala språket ger information om den andres känslor. Via spegelneuronen kan barnet jämföra sitt eget kroppsligt/affektiva läge med den andres.
- Den duett av icke-verbala signaler som kännetecknar samspelet, känslointoning, baseras på en matchning i samspelet.
- Matchningen innefattar uttryckets intensitetsnivå, puls, intensitetskontur, rytm och varaktighet.

- Mentalisering definieras som förmågan att implicit och explicit förstå sitt eget och andras handlande utifrån tankar känslor impulser och önskningar vilka kan införlivas i det autobiografiska minnet vid fullt utvecklad intersubjektiv förmåga.
- Mentaliseringen är nära knuten till den info som fås inom det intersubjektiva fältet.
- Mentalisering handlar om förhållandet till det inre mentala tillståndet, står man i kontakt med detta med dess känslor och tankar, om än implicit kan man mentalisera.
- Man reglerar affekter via mentalisering och dessutom självet, medvetandetillstånden, man gör självet åtkomligt via introspektion.

- Viktigt att vuxna mentaliserar kring barnets framväxande intersubjektivitet. Barnet lär sig mentalisering via förälderns icke-verbal affektspeglning och affektmarkering.
- Affektmarkeringen visar barnet att det inte är förälderns affekt som uttrycks utan barnet som speglas!
- Den rätta speglingen är kärnan i affektregleringen
- Anknytningstrauman skulle innebära att barnet inte kan mentalisera upplevelsen av att anknytningspersonen inte finns på plats

Desorganiserad anknytning

Föräldern utgör i sig ett hot

- Kollision mellan de två biologiska systemen för hantering av trygghet och rädsla vid närmande till en hotfull förälder vid yttre hot:
- Anknytningssystemet kollapsar. Barnet kan inte skilja sin angripare från sin trygga bas.
- Påminner om dubbelbindingssituationen

Anknytning, mentalisering och trauma

- Ett olöst trauma hålls undan så långt det går. Medför svårigheter att mentalisera i "trakten" av traumat.
- Anknytningstrauman, bland annat övergivenhet, påverkar utvecklingen av mentaliseringsförmågan och skapa rädsla för närhet vilket försvårar att få affektreglering från andra och utveckla en egen affektregleringen.
- Rädsla för sitt eget medvetande och sitt inre av oreglerade affekter.

Metodologiska ramverk

Individuellt arbete – hållande/bekräftanderelationen

- Kalibrering till patientens handikapp beträffande intryck, uttryck och bearbetning
- Vilka förutsättningar finns för kommunikation i det intersubjektiva fältet, tex Theory of mind
- Signaler för gemensamt fokus respektive fokusbyte
- Tecken på avsikter och deras enhetlighet
- Uttryck för affekter, affektmarkering, matchning

Utvecklingsstödjande dialogprinciper 1

Den vuxne studerar barnet, var det har sitt

uppmärksamhetsfokus och vilka initiativ barnet tar

- Den vuxne bekräftar fokus och initiativ, lägger till sin tur och sin reaktion
- Den vuxne inväntar barnets svar och reaktion på sitt agerande
- Den vuxne benämner barnets initiativ, svar, reaktion och känslor på ett sätt som bekräftar barnet

Utvecklingsstödjande dialogprinciper 2

- Den vuxne tar ansvar för interaktionen med turtagning i en rytm som gör det möjligt för barnet att delta i samspelet.
- Den vuxne bekräftar barnet då det visar önskat beteende
- Den vuxne triangulerar barnet mot omvärlden genom att benämna personer föremål och händelser
- Den vuxne ger klara start- och slutsignaler

Förändrande familjesamtal

Problemformulering och problemlösning tillsammans med en professionell

Viktiga begrepp 1

- Kontext: I vilket sammanhang försiggår arbetet, var utspelas problemen, vilka berörs, behandlarens arbetssituation och kompetens
- Kontakt: Både god relation och tidig förändring bygger upp tillit
- Kontrakt: Nödvändigt för riktningen i arbetet. Vad man ska arbeta med och hur. Ramar in fokus i samtalen. Kontinuerlig utvärdering mot problemformulering i kontraktet.

Viktiga begrepp 2

- Respektera berättarpoängen
- Den nya berättelsen: Inspirera och ställa frågor som kan öppna upp för en ny berättelse, utöver den gamla "slutna" vilken måste respekteras med inte "köpas".
- Den nya erfarenheten: Ny berättelse måste stödjas av nya erfarenheter, i sessionen eller mellan träffarna. Stöd lust att pröva och utvärdera

Behandlares hållning

- Nyfiken stödjande, försiktig med ”jag förstår”
Pålitlig, stå på familjens sida, hålla sig till metod och kontrakt utan att vara rigid, trygg i sin osäkerhet.
- Personlig i kontakten. Intensivt lyssnande, frikostig med egna erfarenheter, undersöka andras uppfattning innan ”expertsvar”
- Tar allas parti – inte in i koalition mot någon

Probleminventering: Undvik varför har ni kommit, vad är problemet, vad vill ni tala om i dag. Pröva "vilket är största problemet för dig just nu"?

Börja inte med den mest engagerade – drar lätt iväg.

Ta kontroll över processen tex stoppa "flykt från ämnet". "Vi kan ta det senare ..åter till". Skapar tillit.

Ta in förändring: "Om det går bra, vad skulle du önska få med hem idag"

Omformulera om nödvändigt "...något som gör att vi tillsammans kan våga tro på att....

Val av "dagens problem" kan avslöja maktkamp. Förhandla fram ett problem att börja med.

Att sätta mål: Förändra förväntningarna, ”vad skulle behöva hända för att ni kan börja tro på att ni rör er mot....”

Inventera på blädderblock: Tydligt, drar ner tempot, förslag tas på allvar, lättare minnas, lättare att omformulera.

Mål ska vara: Konkreta, möjliga att uppnå, i positiva termer: Inte ”sluta bråka utan bli lite mer kamrater”. Inte ”sluta hota utan fråga vänligare”

Tecken på förändring eller att förändring är på väg

Hitta resurser: Början på en ny berättelse.

Vad är man mest stolt över

Berätta om en svårighet i familjen som ni löste

Vad har man försökt. Kräver stöd att utforskas

- Bli specifik, "köp inte " vi har provat allt, ingenting har fungerat

Tanken kan ha varit god, men metoden sämre

- Man kanske har saknat tålamod
- Frågor som inte får svar kan fungera som tankefrön
- Man samlar information baserat på tidigare försök för att kunna komma med ett annorlunda, men inte alltför annorlunda förslag att pröva

Återgivning

- Familjen har gett en bild och vill ha feed-back
- Den ska vara skapa en preliminär förståelse av sammanhagen och peka mot konkret problemlösning

Innehåll i återgivningen

- Vilka problem och mål har familjen
- Vilka resurser finns i och runt familjen
- Vad har man försökt hittills
- Vilka är inblandade och hur ser de klarlagda mönstren ut
- Introducera kommande problemlösning

Nästa samtal

- Knyt an till det förra samtalet, utvärdera detta
- Vilka förändringar har ni noterat
- Lista eventuellt nya problem och välj dagens
- Välj problem från blädderblocket
- Två nivåer: Finna nya lösningsvägar – stödja *förmågan* att finna nya vägar
- Ge en modell för hur man fokuserar, analyserar och kommunicerar som led i problemlösning.
- Alla lösningsförslag ska på bordet innan man börjar diskutera och ev. ifrågasätta dem

Hemuppgifter

Tydligt samarbetskontrakt

Familjen är villiga att arbeta med det själva

Kontrollera att en lösning är möjlig att uppnå

Formulera positivt: närvaro av önskat snarare än frånvaro av oönskat

Hemuppgifter som blivit "misslyckad"

Analys: för svår, vem tog initiativ, vem hjälpte till, vem bromsade, hur såg samarbetet ut,

Analysen bestämmer hur nästa hemuppgift ska utformas

Avslutning

Noggrann inledning ger tydligare avslutning, man är överens om att problemen hanterats