

Bok om barnet

- att förstå sig själv och bli förstådd



Lisa Westring
Leg. psykolog

Innehåll:

- Tankar om teori
- Hur gör man?
- När funkar det som bäst?
- Fallgropar

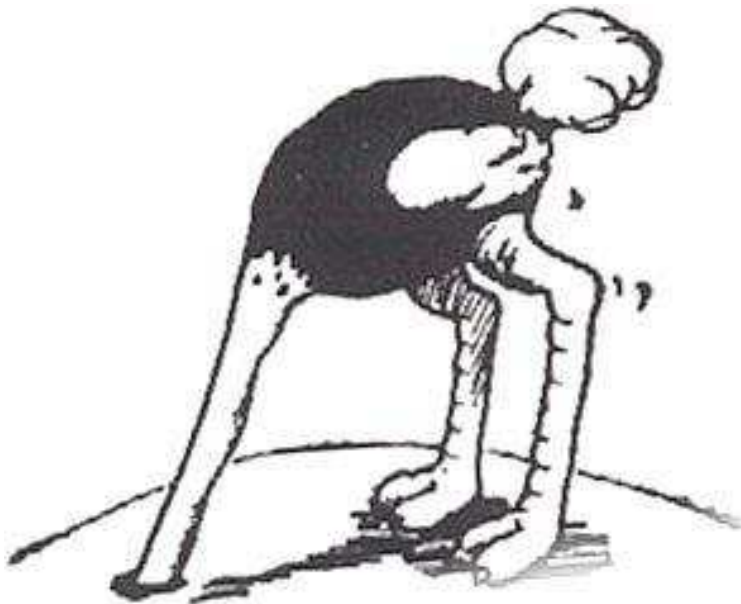
ACT

– Acceptance Commitment Therapy

Vad skapar lidande?

- **Undvikande** fly och kämpa för att hålla tankar/känslor borta
- **Fusion** Vissa tankar/känslor dominerar,
”skymmer sikten”
”tas som sanningar”

Undvikande → Acceptans



Fusion → Defusion



Narrativ terapi

- Vi lever våra liv i överensstämmelse med de historier vi berättar om oss själva och de historier andra berättar om oss.
- ”Multipla identiteter”

Det viktigaste är inte att ”gå på djupet”
– viktigare att **berika tunna historier.**

Narrativ terapi

- **Bejakande språk**
- **Externaliserande språk**

”Det är inte du som är problemet, det är problemet som är problemet”



Amanda
6 år

Ludde
11 år



Sara
9 år



OBS! Foton från Internet,
EJ de verkliga barnen.

Förberedelser

Samtal med föräldrarna

- Anledning till kontakt?
- Ord för funktionshindret? Vad "känns bra"?
- Hur pratar ni om det hemma?
Vilken kunskap har barnet?
- Hur reagerar omgivningen? Några särskilda händelser?
- Föräldrarnas oro/sorg
- Ska föräldrarna vara med i rummet? Informera om förhållningssätt!
- Motivation hos barnet? Vad gillar han/hon?

Temat

1. Något barnet tycker om eller gör
2. Vad kan man kalla skadan/sjukdomen/funktionshindret?
3. När visste du? Och vad?
4. Barnets tankar, frågor och känslor runt funktionshindret
5. Vilka vet?
6. Vad vill barnet säga till sjukdomen, funktionshindret?
7. Andras reaktioner
8. Vad kan barnet göra? Hur bemöta andra?
9. Ett fint barn
10. Framtiden



Amanda

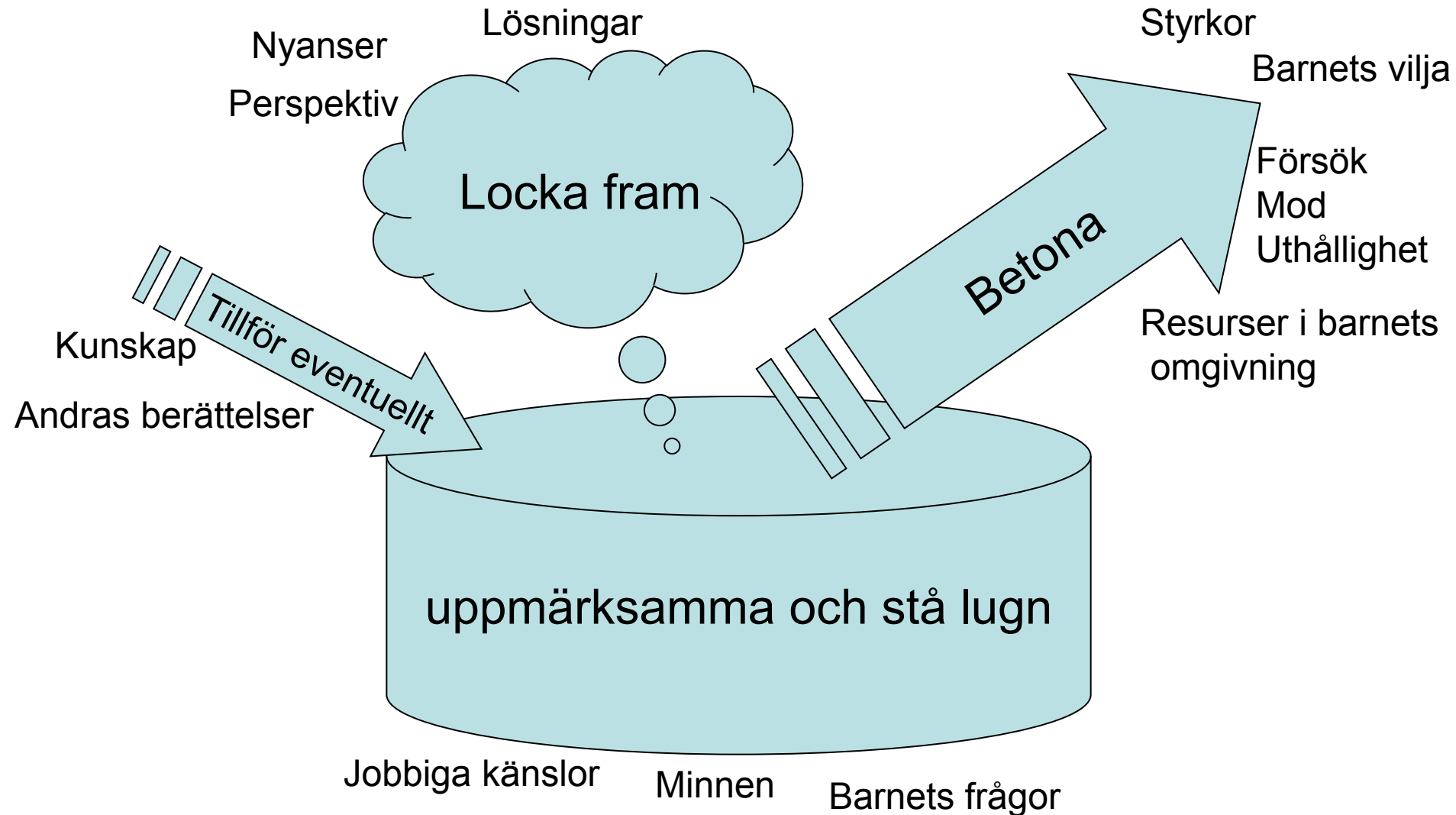
6 år

CP spastisk diplegi

Enäggstvilling utan
CP

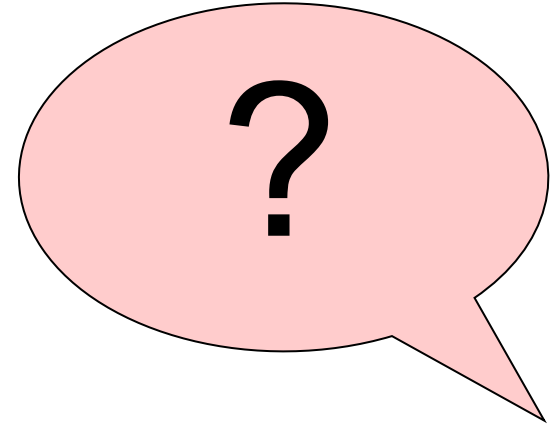
OBS! Foto från Internet,
EJ det verkliga barnen.

Terapeutens förhållningsätt



Frågetyper

- Kartläggingsfrågor
- Fördjupande frågor
- Breddande frågor
- Undringar och påpekanden
- Graderingsfrågor



Ludde

11 år

CP spastisk diplegi (lindrig)

CVI, född för tidigt

Lindrig utvecklingsstörning



OBS! Foto från Internet,
EJ det verkliga barnen.

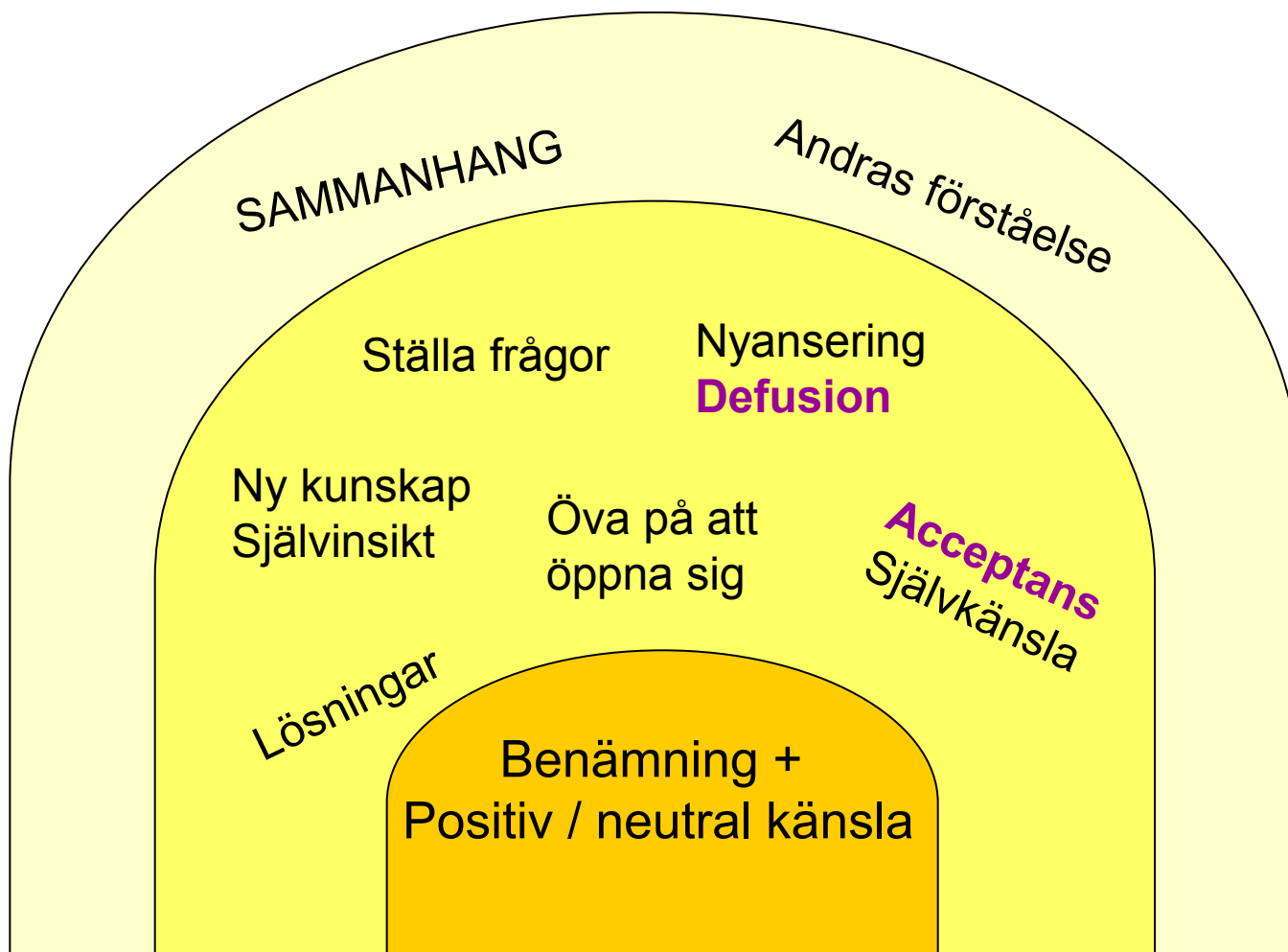


Sara
9 år
född för tidigt
CP

OBS! Foto från Internet,
EJ det verkliga barnen.

Vad ger det?

Olika vinster/målsättningar för olika barn



Fördelar med metoden

- Flexibel struktur
- Kreativ - många uttryckssätt
- Konkret - finns kvar!



Fallgropar

När funkar det inte?

Missförhållanden
i barnets miljö

Typ av problem

Stark rädsla
Aggression

Färdighets-
brister!

Tycker ej om
att rita

Rastlösa

Starkt
Undvikande

Alltför
unga

Barn

Kom ihåg

- Finns där en känsla av utanförskap?
Vad beror utanförskapet på?
Behöver barnet i första hand reflektera över
”Duger jag?” eller krävs det andra förändringar?
- Om barnet saknar sociala färdigheter för att kunna etablera kompisrelationer eller hantera sina känslor ihop med andra så behövs annan typ av hjälp! (också)

Sammanfattning

En bra metod...

Kan ge

- Ord att kunna fråga
- Ny kunskap
- Självisikt
- Nyansering - Defusion
- Acceptans
- Lösningar
- Känsla av sammanhang
- Förståelse från andra

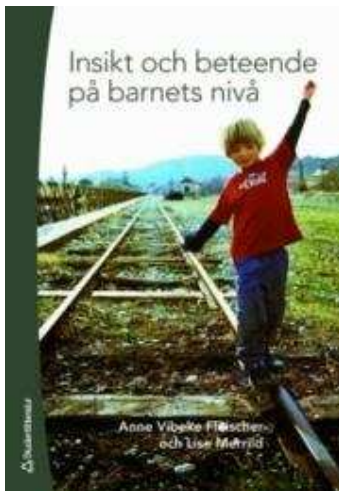
...Men inte för alla barn och alla typer av problem!



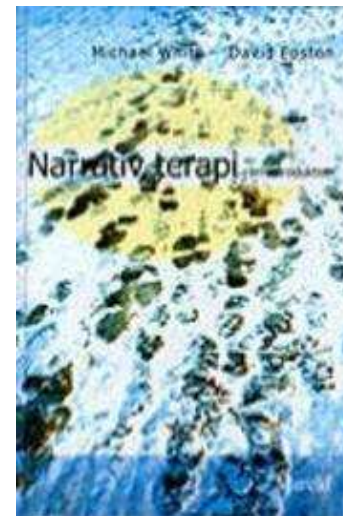
Boktips:



Doktorn kunde inte riktigt laga mig
- barn om sjukdom och funktionshinder
och om hur vi kan hjälpa
[Renlund Christina](#)



Insikt och beteende
på barnets nivå
[Anne Vibeke Fleischer,](#)
[Lise Merrild](#)



Narrativ terapi
[Michael White,](#)
[David Epston](#)