



# Geniscenesættelse hos traumatiserede med borderline historisk og praksis.

## Det sultne hjerte

Den 7. februar 2017

Janne Østergaard Hagelquist



# Introduktion

- Arbejder i Center for Mentalisering med uddannelse, supervision, terapi og projekter
- Erfaring med mentalisering, behandling, praksis og metodeanvendelse



# Mentalisering

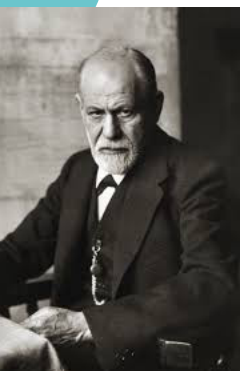
Fokus på mentale tilstande hos en selv og andre, især i forbindelse med forklaring på adfærd

Mentale tilstande er eksempelvis følelser, tanker, behov, mål og grunde



# Gentagelsestvang og geniscenesættelse

Hvor *gentagelsestvang* er et psykodynamisk begreb, der anvendes bredt i forhold til manglende integration af både konflikter og traumer, stammer *geniscenesættelse* fra traumepsykologien



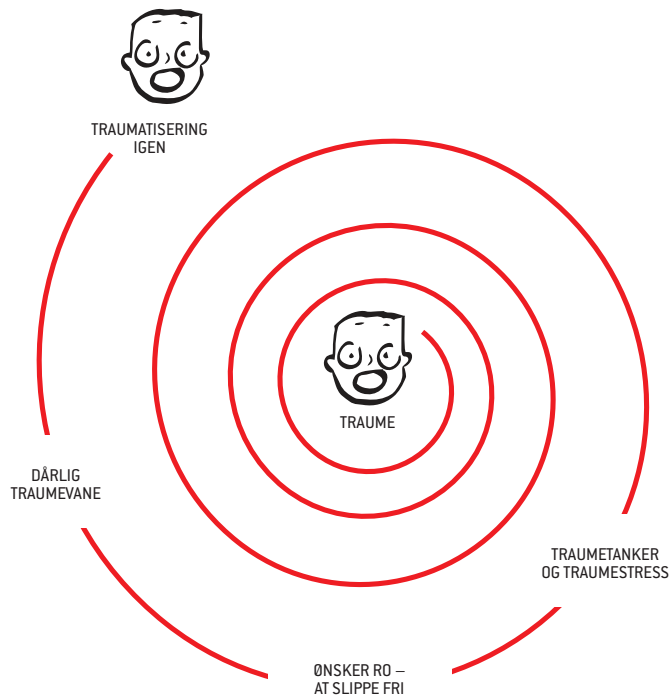
*Freud (erindren, gentagen og gennembearbejdning 1914) :  
Jo større modstanden er des mere gennemgribende erstattes  
erindren af ageren (gentagen)*



# Geniscenesættelse

**Definition:** ubundne erindringer om et eller flere traumer, der vender tilbage i form af enten fysiske fornemmelser, genoplevelse af traumet eller adfærdsmæssige genopførelser af traumet (van der Kolk, 1989)

Traumerne undertrykkes, men trænger sig insisterende på, hvilket ptsd-symptomerne viser – psyken insisterer på det hændte, forsøger at integrere det



## PTSD traumeefterreaktioner

### B. Påtrængende symptomer:

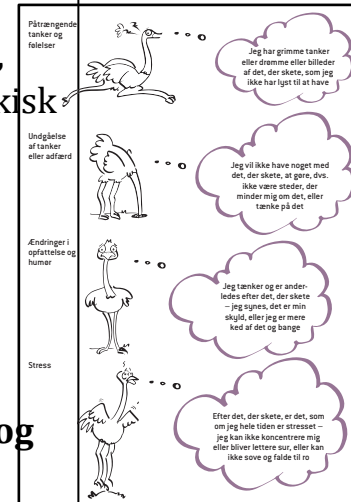
Tilbagevendende erindringer, mareridt, flashbacks, dissociative reaktioner, psykisk ubehag, fysiologiske reaktioner

### C. Undgåelse af stimuli:

Undgåelse af minder, tanker, følelser, steder, mennesker, aktiviteter, der minder om traumet

### D. og E. Ændringer af tanker, humør og reaktivitet

Påvirket hukommelse, negative tanker eller forventninger til sig selv, andre eller verden, negative sindsstemninger, fremmedgjorthed, vredesudbrud, irritabilitet, selvdestruktiv adfærd, højt sprog, negativitet



# Geniscenesættelse

## Gentagelse

- Grundlæggende udviklingsprincip
- Stedfortræder for erindring ved traumer

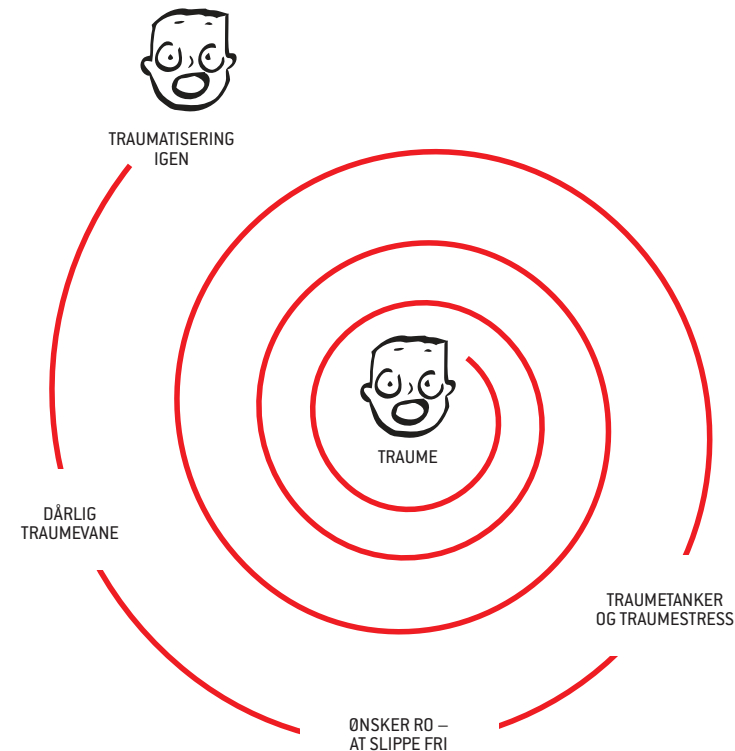


# Geniscenesættelse

## Geniscenesættelse og traumer

- 1) Traumer overvælder og disorganiserer
- 2) Traumeerindring er tilstandsafhængig og ikke integreret
- 3) Fører ofte til retraumatisering

**Geniscenesættelse, en gentagelsestvang:**  
en maladaptativ traumeefterreaktion  
og forsøg på at integrere det ubegribelige



# Geniscenesættelse - funktioner

## Kontrol

- Gentagelsen handler om et ubevidst ønske om at gøre op med det, der gentages, og kontrollere det
- Projektiv identifikation: ubærlige følelsesmæssige tilstande projiceres over på den professionelle



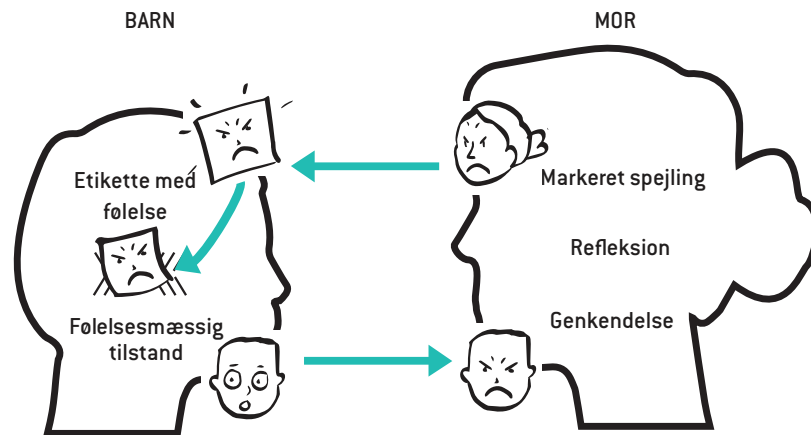


# Geniscenesættelse - kontrol

- Reetablere selv-struktur
- Projektioner
- Straffe sig selv for at være ond



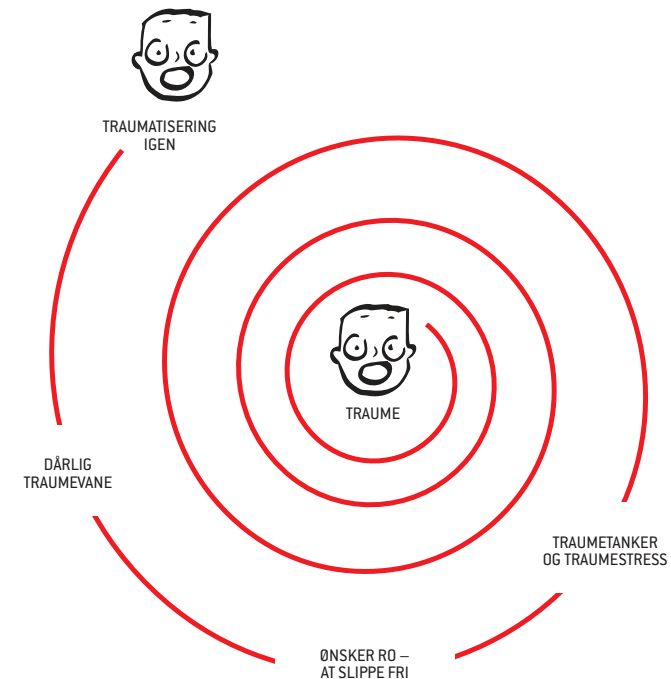
## Det fremmede selv



# Geniscenesættelse - funktioner

## Emotionsregulering

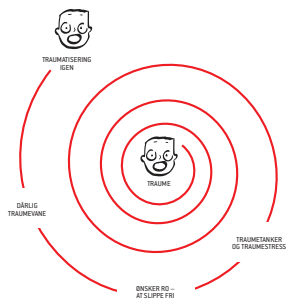
- Udtryk for dobbeltbelastning
- Manglende emotionsregulering → hyperreaktivitet (fx kamp, flugt, frys)
- ”Arvævet der dannes omkring evnen til at føle” (Russell, 2006)



# Geniscenesættelse - funktioner

## Afhængighed

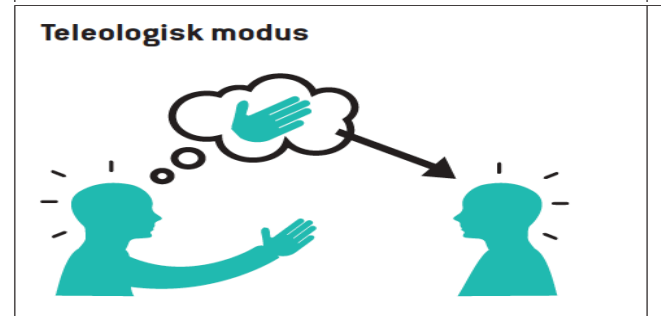
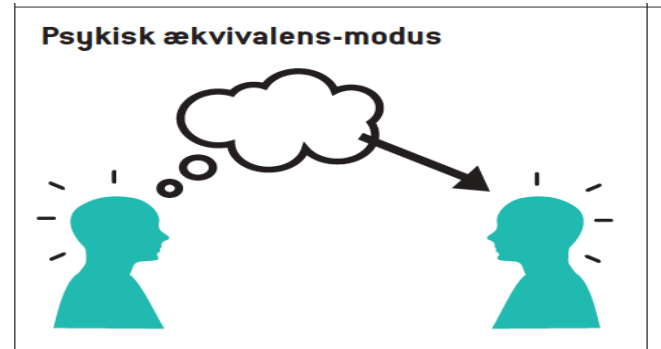
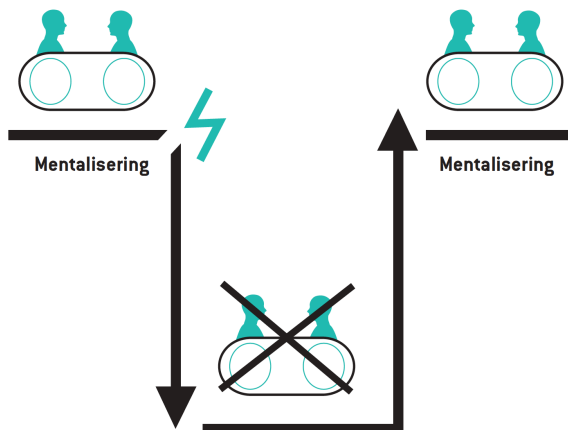
- Stresstilstand gør, at man søger det velkendte
- Geniscenesættelse vanedannende
- Geniscenesættelsen smertelindrende: at genbesøge traumet kan lindre på den smerte, som traumet medfører
- Udløse den konstante spændingstilstand



# Geniscenesættelse - funktioner

## En søgen efter bedre relationer

- Er knyttet til manglende mentalisering
- En kommunikations- og tilknytningsstrategi, der dog ofte ødelægger kommunikation og tilknytning

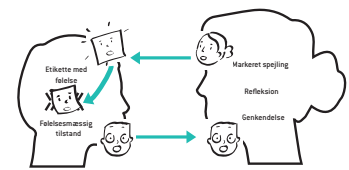


# Geniscenesættelse - funktioner

## En søgen efter bedre relationer

- "Kærlighedsgave": Udtryk for ønske om at blive elsket
- At korrigere sine objektrelationer:  
"Jeg skal se det før jeg tror det!"
- Et udtryk for ønsket om og samtidig manglende tiltro til, at klienten kan danne velfungerende relationer





# Den professionelles holdning

At bevare sit sind ÅBENT

Vær specielt opmærksom på  
modoverføringsfølelser :

- Vrede - risiko for straffende adfærd eller manglende konfrontation (reaktionsdannelse)
- Afmagt - risiko for laden stå til eller “for effektiv” behandling

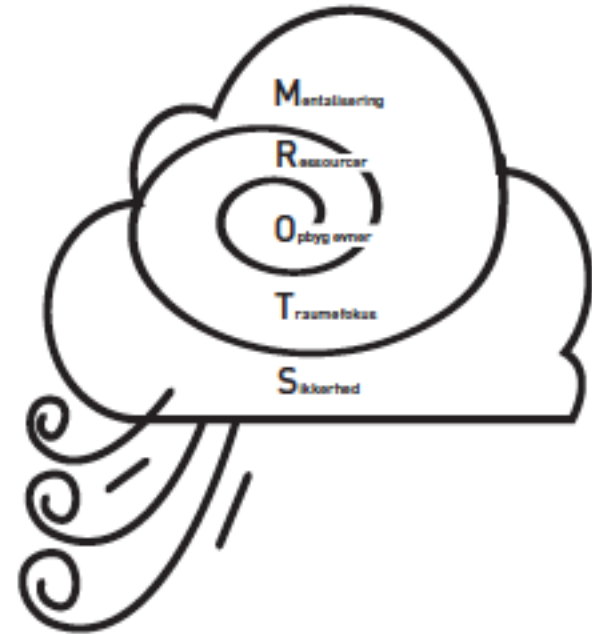
Undersøge funktionen og betydningen



# Behandling STORM-modellen



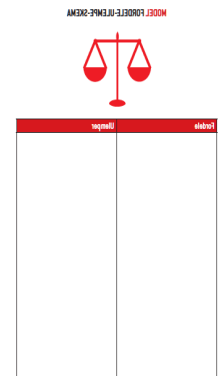
Sikkerhed  
Traumer  
Opbyg evner  
Ressourcer  
Mentalisering



# Sikkerhed og Mentalisering



- Skabe en relation
- Sørg for sikkerhed i klientens miljø
- Forstå både lyst til forandring OG ambivalens mod behandling
- At se bag om adfærden og være nysgerrig på *funktionen* af selvska den for netop denne unge
- Skabe fælles forståelse for det uforståelige
- Genetablere mentalisering ved at tilbyde en relation og en alternativ håndtering
- Tålmodighed og is i maven!





# God praksis på institutioner



I den akutte situation:

Medicinsk og fysisk skadeshåndtering



Følelsesmæssig førstehjælp, dvs. en praktisk og støttende holdning, hvor de professionelle er rollemodel for følelsesregulering

Skårderud & Sommerfeldt, 2014

# God praksis på institutioner



Ved gentagen eller megen geniscenesættelse på institutionen:

- Indkalde til gruppemøder med beboerne.

Forsøg her:

- på undersøgende vis at udvikle en fælles forståelse for, hvad geniscenesættelsen kan betyde for miljøet med særlig fokus på risikoen for smitte
- at undgå moralisering

Skårderud & Sommerfeldt, 2014

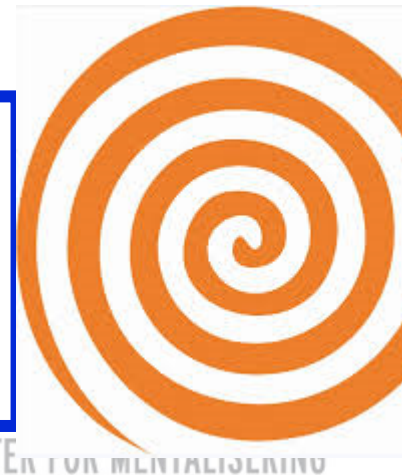
## Ledelsens opgave:

At skabe et faglig miljø, hvor der er plads til systematisk og i trygge rammer at lufte hvad geniscenesættelse gør ved personalet

Skårderud & Sommerfeldt, 2014 Rasmussen og Hagelquist 2016



Mentalisering skaber mentalisering  
skaber mentalisering skaber  
mentalisering.....



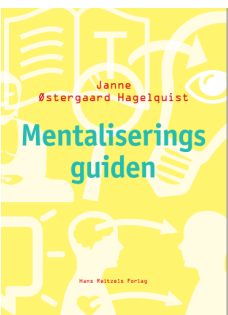
## Traumefokus Lille t og store T



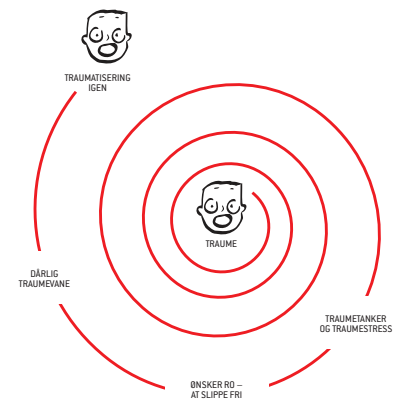
Oplevelsen af gentagne gange at blive ladet på  
alene i udholdelige følelsesmæssige tilstande i lange  
perioder er potentielt traumatisk til dels på grund af  
den manglende mentalisering.

*En tryk tilknytningskontekst, som bidrager til mentalisering, hvori  
tidligere udholdelige emotionelle tilstande kan opleves, udtrykkes,  
forstås og reflekteres og dermed gøres meningsfulde og  
udholdelige” (Allen, 2014)*

*Sygdommen må ikke være noget foragteligt for ham, men må  
snarere være en værdig modstander, et stykke af hans væsen, som  
støtter sig til gode motiver og som det gælder om udtrække sig noget  
værdifuldt af, for hans senere liv (Freud 2014)*

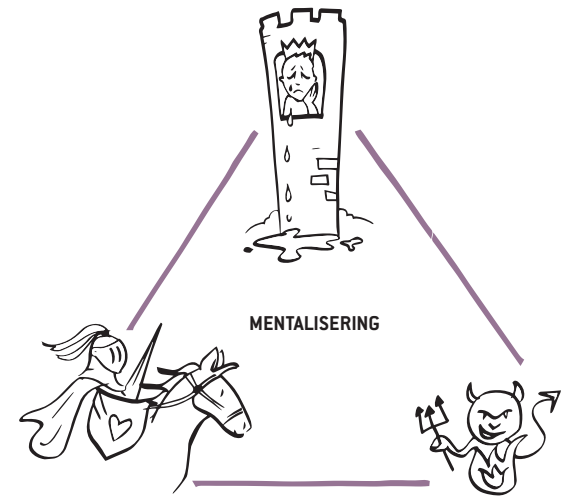


# Traume fokus - En kærlighedsgave



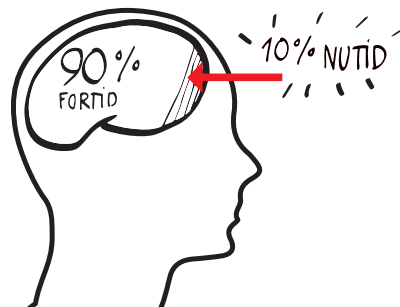
## Traume fokus - Offer-, redder-, krænker-trekanten

- Illustrerer for klienten velkendte roller, der geniscenesættes
- **Hvad kan den professionelle gøre for at bryde geniscenesættelsen?**
  - Være sig bevidst om, hvilken position, klienten inviterer til og undgå at træde i rollen
  - Derigennem hjælpe med at ændre de mentale repræsentationer af selv og anden og bryde gentagelsen



# Geniscenesættelse og 90/10-reaktioner

- Hjernen aflæser verden som om, den stadig var farlig



Kender du til, at din hjerne reagerer, som om du var tilbage midt i alt det allersværeste?

---



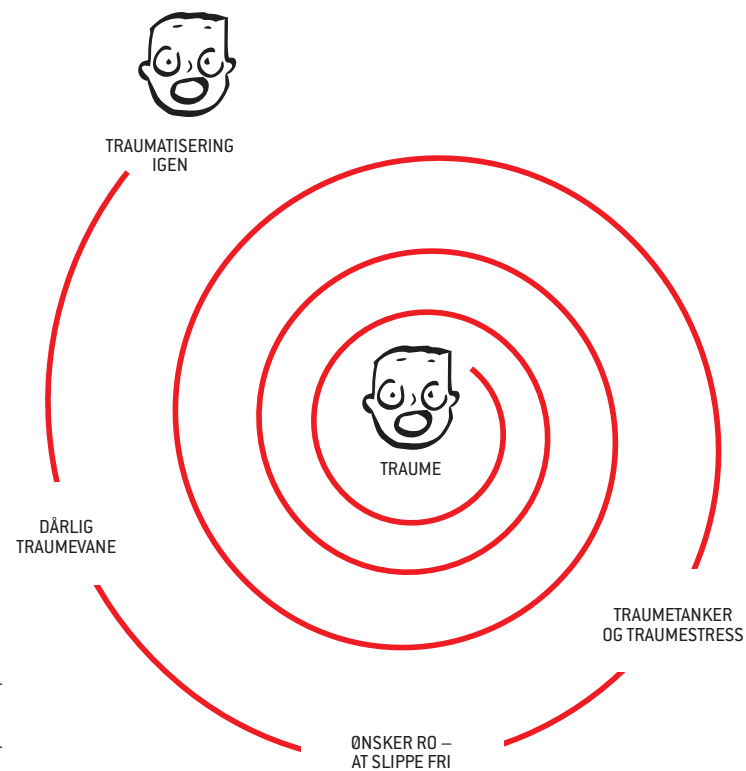
---

Kan du mærke forskel på dengang og nu; er det fuldstændig, som om du er tilbage, eller er der dele af din hjerne, der ved, at du ikke er tilbage til dengang?

---



---

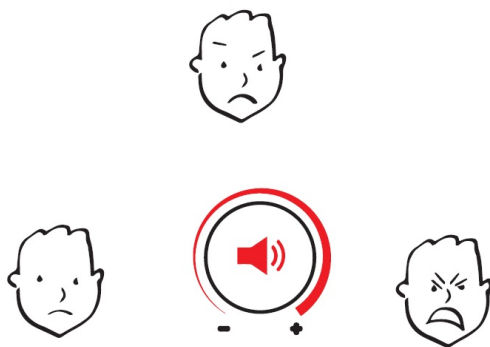


# Opbyg evner - Regulering af følelser: Kriseplan og kædeanalyse

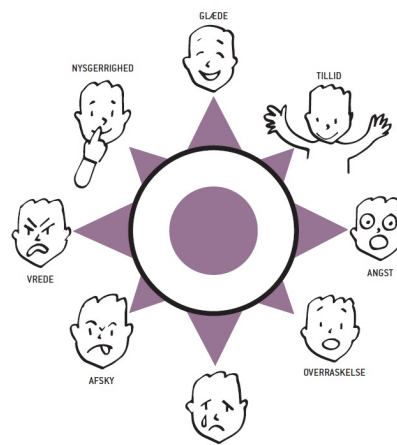


- Mentalisering nedsætter impulsivitet og styrker evnen til at regulere følelser
- At opdage og udvikle mesteringsstrategier i forhold til regulering følelser

MODEL VREDE-VOLUMENKNAP



MODEL FØLELSESKOMPASSET • BØRN





# Kriseplan



- Udvikling af kriseplan kan medvirke til, at klienten:
  - søger hjælp
  - mentaliserer om sin egen adfærd og de mentale tilstande, som ligger til grund herfor på forhånd
  - allerede ved at udforme en kriseplan er mentalisering i gang

## MODEL KRISEPLAN

Hvornår er der særlig risiko for, at det går galt – i hvilke situationer?

---

---

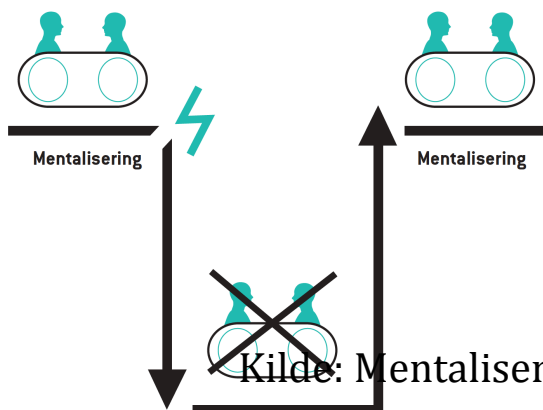
---

Hvilke følelser er særligt svære for dig (vrede, tristhed, angst, at føle sig forladt)?

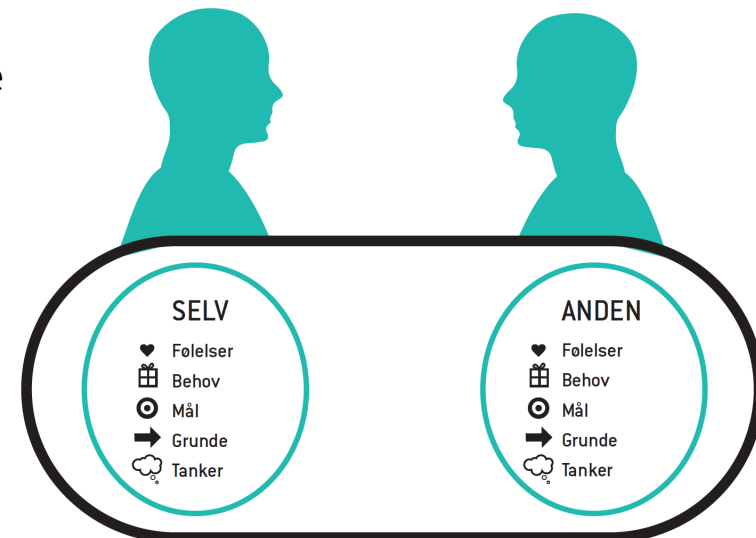
# Kædeanalyse



- Anvendes til at analysere mentaliseringsvigt med fokus på både klienten og den professionelle.
- Formål: at bevidstgøre klienten om sine tanker og følelser såvel som konsekvenser af geniscenesættelsen
- Brugbar for den professionelle til selvevaluering og bevidstgørelse om egne tanker og følelser og dermed bidrage til mentalisering fremover
- Selve analysen er en mentaliseringsøvelse



Kilde: Mentaliseringsguiden s. 209-211



# Kædeanalyse



## Kædeanalyse: Klienten



Sårbarhedsfaktorer	Trigger	Tanker uden handling	Følelser inden handling	Handling/adfærd	Konsekvenser

## Kædeanalyse: Den professionelle

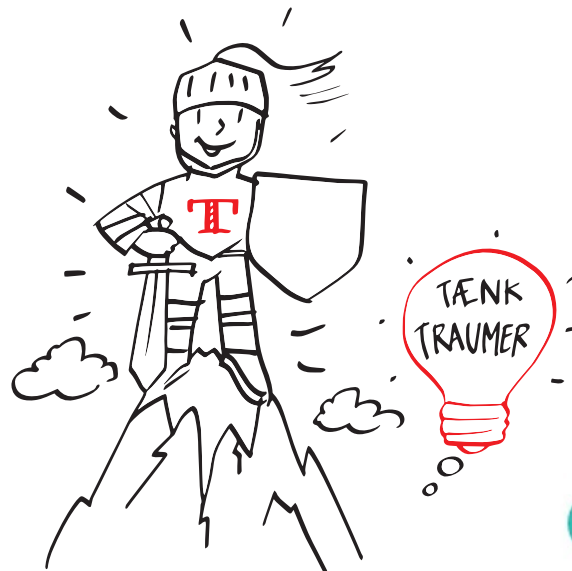


Følelser inden handling	Handling/adfærd	Konsekvenser

## Ressourcer

- Fokus på ressourcer: medfødte talenter, kvaliteter, personlige karakteristika og mestringsstrategier
- Støtte den klienten i at se handlinger i barndommen som udtryk for ressourcer – hensigtsmæssig strategi på det tidspunkt
- *Overlever fremfor offer*
- Støtte opbygning af selvtillid og selvværd

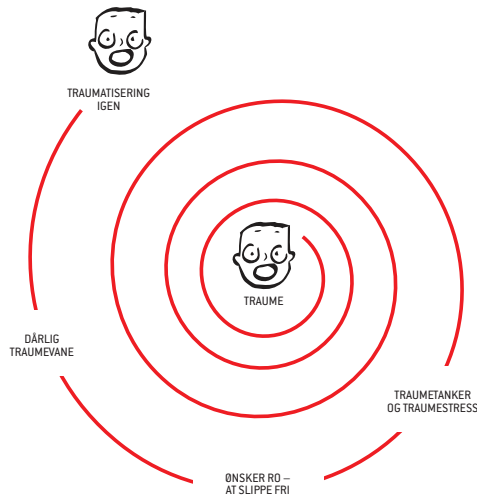
I'm a  
**SURVIVOR**



# Mentalisering



- Mentalisering:
  - af følelser
  - af traumet
  - i relationen
  - i netværket
- Mentalisering er et centralt element i behandlingen af traumer
- Det miljø, der skal skabe heling for den traumatiserende, bør være gennemsyret af en mentaliserende holdning



**Tak for i dag**



**[www.CenterforMentalisering.dk](http://www.CenterforMentalisering.dk)**

**Facebook: center for mentalisering**

