



Om resiliens, relationer og håb -
om at klare sig på trods

Fredag d. 1.marts 2024

- Formål: At præsentere en forståelse af mestringsbegrebet ud fra resiliensrammen – med fokus på relationer og håb
- Ambition: Eftermiddagen skal give både teoretiske og praktiske anvisninger på håb, relationer og resiliens for at styrke børn, unge og familiers mestring og deres relationelle kapital.

Program

Velkomst 12.00 – 12.20 ”Mestring og mestringstro” hvad betyder det?

- Velkomst ved ledelsen

Del 1: 12.20 – 13.50

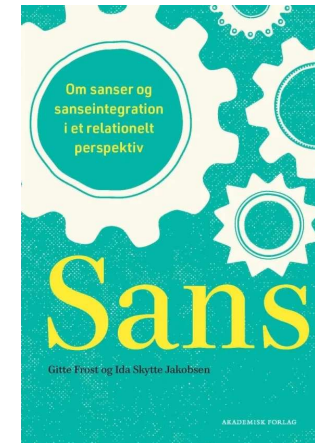
- Præsentation af programmet – os og hinanden
- Ida Skytte Jakobsen: Mestring og resiliensrammen

Pause kl. 13.50 – 14.15

Del 2: 14.15 – 15.30

- Anne Linder: Professionelle ståsteder – Om håb og relationer
- Tak for i dag

Ida Skytte Jakobsen



Ida Skytte Jakobsen

Psykolog, Ph.d., forfatter og
Centerchef for Dansk Center for
Resiliens

Anne Linder



Anne Linder

Psykolog, forfatter og Centerchef
for Dansk Center for ICDP



Håb, resiliens og relationer – om at klare sig på trods

Fælles udgivelse Dafolo 2024

Stiftet videnscentret for ICDP og Resiliens

RESILIENSRAMMEN OG ICDP
Sammen skal vi skabe mulighed for resiliente bevægelser

Universelle tilgange til resiliente bevægelser

BASALE BEHOV	AT HØRE TIL	LÆRING	MESTRING	SELVFØLELSE
Børn og unge har brug for at...	Børn og unge har brug for at...	Børn og unge har brug for at...	Børn og unge har brug for at...	Børn og unge har brug for at...
<ul style="list-style-type: none"> • have et godt sted at bo • have tilstrækkelige penge til at leve for • være i sikkerhed og føle sig tryk • have transportmuligheder og kunne komme steder hen • få sund mad • få motion og frisk luft • få nok søvn • lege og have fritidsaktiviteter • leve uden mobning, fordomme og diskrimination 	<ul style="list-style-type: none"> • finde et sted hvor de kan høre til • forstå og kende sin plads i verden • have pligter og ansvar • have gode venner og gode voksne omkring sig • være i gode fællesskaber • være i relationer hvor der er håb • være sammen med mennesker som de kan stole på og regne med • forstå meningen med det der sker • glæde sig til en god oplevelse og/eller en ny ven 	<ul style="list-style-type: none"> • trives i daginstitution og skole • have mulighed for at få en engageret slættespersion • have tydelige ønsker/mål for fremtiden og livet • få hjælp til at organisere sin læring • få positiv feedback på sine initiativer og præstationer • udvikle sit sprog og sine begreber • udvikle sine kulturtekniske færdigheder (læse og skrive) • udvikle gode arbejdsvaner • udvikle evner til samarbejde 	<ul style="list-style-type: none"> • forstå hvad der er rigtigt og forkert • være nysgerrige • være modige • kunne løse problemer • kunne bede om hjælp • udvikle interesser • komme i flow • kende de sociale spilleregler • samtale på stjernestunder, grine og have det sjovt 	<ul style="list-style-type: none"> • være i sammenhænge der skaber håb • forstå sine egne følelser • forstå andres følelser • stå ved sig selv • tage ansvar for sig selv • bidrage til fællesskabet • udvikle selvværd, selvvilid og selvkontrol • finde sine styrker • kunne tilgive


Specifikke tilgange til resiliente bevægelser

PROFESSIONELLE STÅTÆDER
RESSOURCESYN, RELATIONSKOMPETENCE, REFLEKTIONSKOMPETENCE

At acceptere At tage hensyn til det svære At forville sig At mobilisere

ICDP. INTERNATIONAL CHILD DEVELOPMENT PROGRAM

De otte temaer for godt samspil



DEN EMOTIONELLE DIALOG – Den relationelle inderside

1. Vis glæde/positive følelser for barnet
2. Se barnets initiativ og juster dig
3. Inviter barnet til samspil – lyt og svar
4. Giv barnet anerkendelse for det, barnet magter.


DEN MENINGSSRABENDE OG LÆRENDE DIALOG – Den relationelle yderside

5. Fang barnets opmærksomhed
6. Fasthold barnets opmærksomhed – vis følelse og entusiasme
7. Fold barnets oplevelse ud – uddyb og forklar.

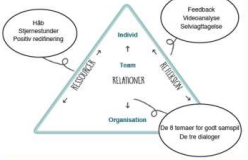
DEN GUIDENDE OG VEJLEDENDE DIALOG – Den relationelle ramme

8. Skab rammer. Guid barnet. Fortæl barnet, hvad det må og skal – trin for trin.

Dialogmodellen



Sensitiveringsprincipperne



Håb: Håb, Optimisme, Positiv reaktion
Feedback: Feedback, Viden, Selvtillid
Organisation: Organisation, Struktur, Rytme
Resiliens: Resiliens
Træn: Træn
Relationer: Relationer

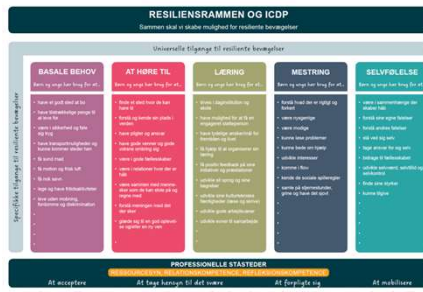
De 8 temaer for godt samspil
De tre dialoger

icdp International Child Development Program
Dansk Center for ICDP
Center for Relationsprofessionelle

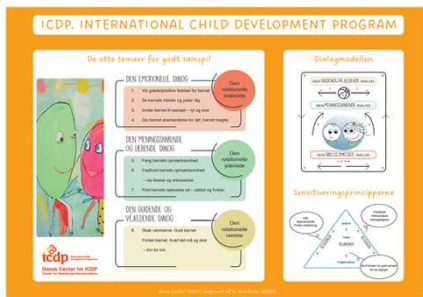
Anne Linder (2024). Inspireret af K. Hundert, (2004)

Modellen Resiliensrammen og ICDP er udviklet af Ida Skytte Jakobsen og Anne Linder (2024), med stor inspiration af Resilience Framework (Children and Young People) Oct 2012 – Beijing, adapted from Hart and Blinnow with Thomas 2007. Oversættelse til dansk: Ida Skytte Jakobsen idja@icdp.dk, Thomas Thyning Engsig TTE@icdp.dk, Anne Marie Anker Villemoes amv@icdp.dk

Resiliensrammen og ICDP klær` hinanden



- Begge modeller er dynamiske og kultursensitive
- Bygger begge på teorier som giver håb – bevæger og berører os
- Tilbyder et fællesprog som kan bruges af alle, også børn og forældre
- Modeller der kan sige noget om behovet for hjælp uden at udgangspunktet er bundet til en enkelt risikofaktor
- Enkle modeller der kan rumme stor kompleksitet og gå på tværs af viden og fagområder
- Velafprøvede



RESILIENSRAMMEN OG ICDP

Sammen skal vi skabe resiliente bevægelser

Universelle tilgange til resiliente bevægelser

Specifikke tilgange til resiliente bevægelser

BASALE BEHOV

Børn og unge har brug for at...

- have et godt sted at bo
- have tilstrækkelige penge til at leve for
- være i sikkerhed og føle sig tryk
- have transportmuligheder og kunne komme steder hen
- få sund mad
- få motion og frisk luft
- få nok søvn
- lege og have fritidsaktiviteter
- leve uden mobning, fordomme og diskrimination

AT HØRE TIL

Børn og unge har brug for at...

- finde et sted hvor de kan høre til
- forstå og kende sin plads i verden
- have pligter og ansvar
- have gode venner og gode voksne omkring sig
- være i gode fællesskaber
- være i relationer hvor der er håb
- være sammen med mennesker som de kan stole på og regne med
- forstå meningen med det der sker
- glæde sig til en god oplevelse og/eller en ny ven

LÆRING

Børn og unge har brug for at...

- trives i daginstitution og skole
- have mulighed for at få en engageret støtteperson
- have tydelige ønsker/mål for fremtiden og livet
- få hjælp til at organiserer sin læring
- få positiv feedback på sine initiativer og præstationer
- udvikle sit sprog og sine begreber
- udvikle sine kulturtekniske færdigheder (læse og skrive)
- udvikle gode arbejdsvaner
- udvikle evner til samarbejde

MESTRING

Børn og unge har brug for at...

- forstå hvad der er rigtigt og forkert
- være nysgerrige
- være modige
- kunne løse problemer
- kunne bede om hjælp
- udvikle interesser
- komme i flow
- kende de sociale spilleregler
- samle på stjernestunder, grine og have det sjovt

SELVFØLELSE

Børn og unge har brug for at...

- være i sammenhænge der skaber håb
- forstå sine egne følelser
- forstå andres følelser
- stå ved sig selv
- tage ansvar for sig selv
- bidrage til fællesskabet
- udvikle selvværd, selvtillid og selvkontrol
- finde sine styrker
- kunne tilgive

PROFESSIONELLE STÅSTEDER

RESSOURCESYN, RELATIONSKOMPETENCE, REFLEKSIONSKOMPETENCE

At acceptere

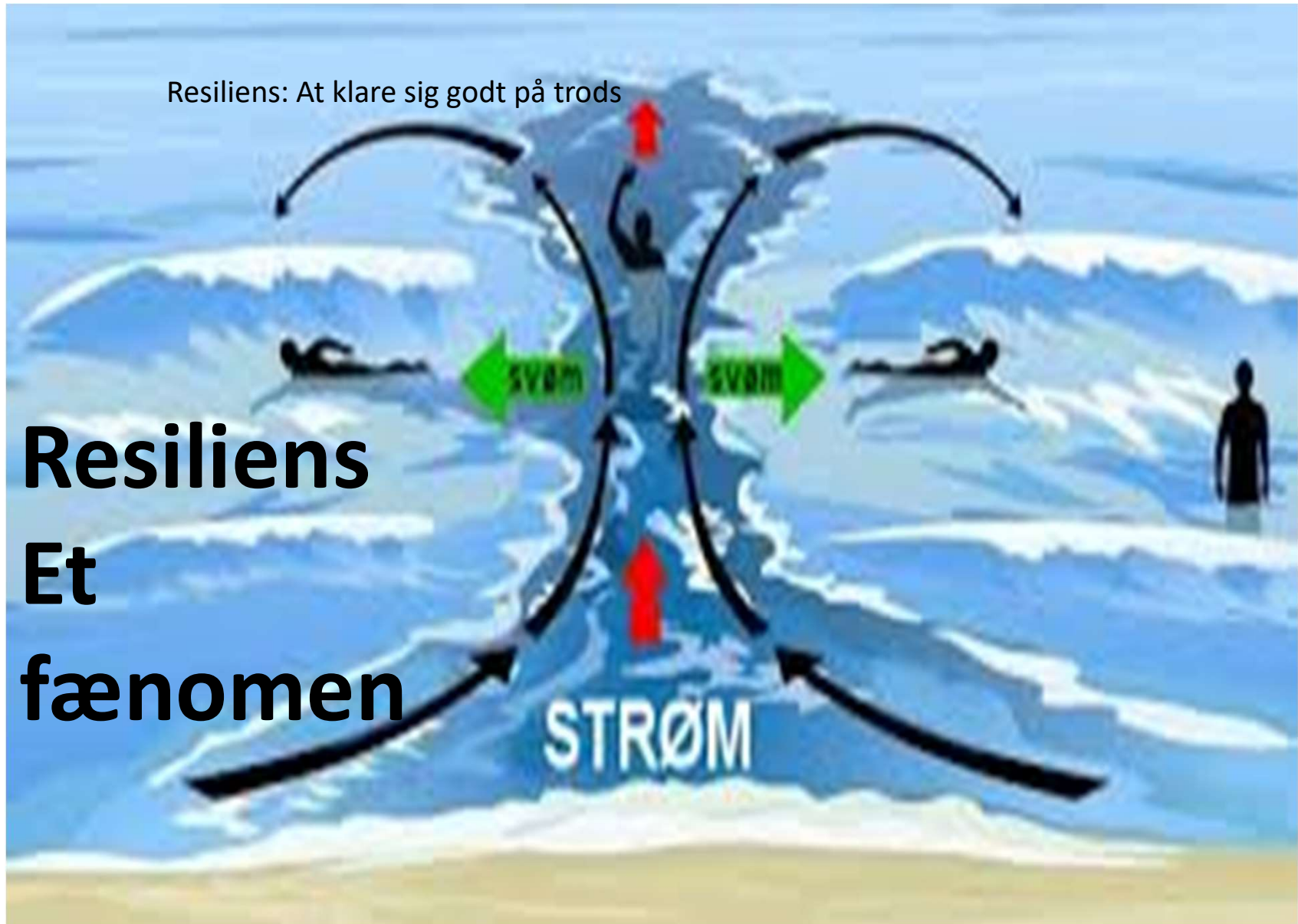
At tage hensyn til det svære

At forpligte sig

At mobilisere

Resiliens: At klare sig godt på trods

Resiliens Et fænomen



”Sundhedspleje, psykologer, talehørekonsulenter, støtte- og kompetencepædagoger og konsulenter faglighed er også at de arbejder med at understøtte resiliens processer

via modeller kan vi skabe gode betingelser for sammen mellem praksis, teori og forskning.....

f.eks. at arbejde med resiliente bevægelser....”



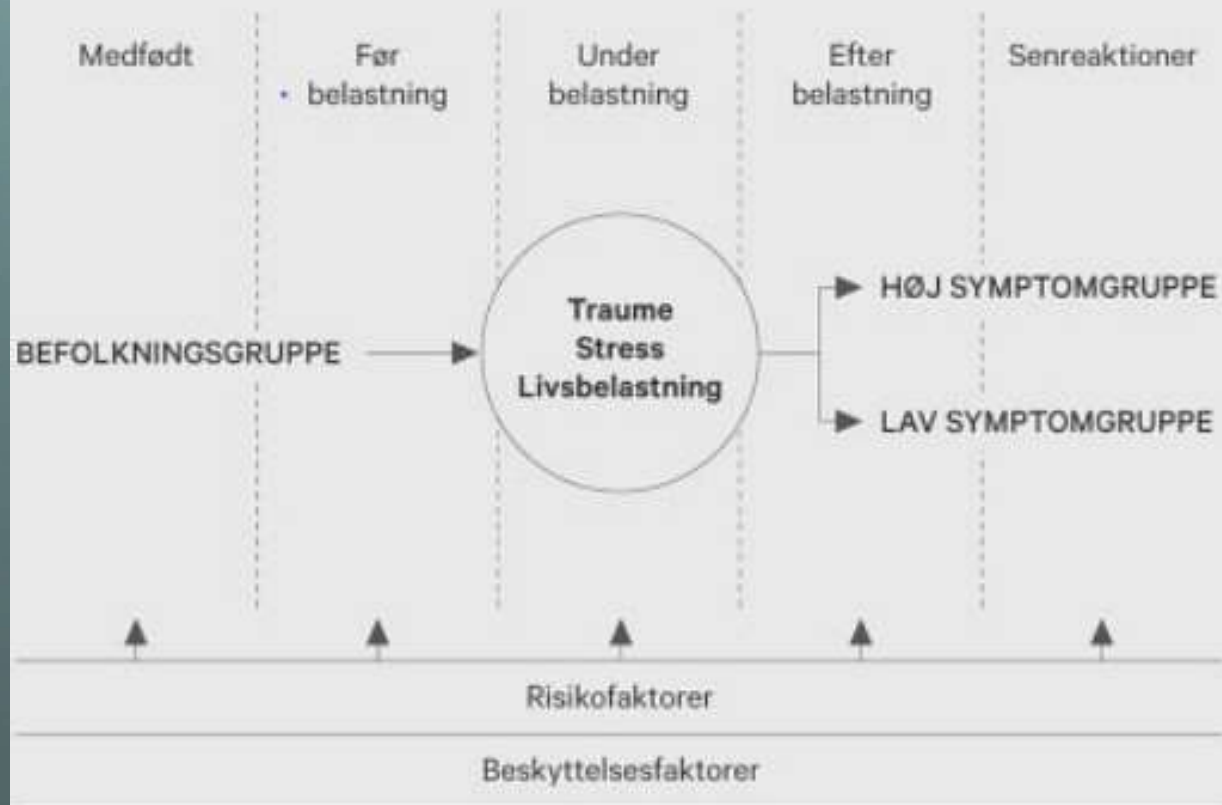


Videnskab omkring resiliens i psykologien

- Opstod omkring 1970
- Begyndte som studier af risiko for at udvikle psykisk sygdom

FIGUR 7: TRANSAKTIONSMODELLEN

Risiko og beskyttelse som proces i et komplekst system



Efter Waaktaar & Christie, 2000: 19

Hvordan er det gået?	Belastning	
	Lav	Høj
godt	A. Trives	B. Trives Resiliens
Skidt	C. Ikke forventet dårlig trivsel	D. Mistrivsel

Childhood Anxiety/Withdrawal, Adolescent Parent–Child Attachment and Later Risk of Depression and Anxiety Disorder

Ida Skytte Jakobsen · L. John Horwood ·
David M. Fergusson

tidlig angst hos børn øger risiko for senere angst/depression som voksen

Men forældre-barn-tilknytning fungerede som en kompensatorisk faktor, det nedsætter risiko betydeligt.”

Beskyttende faktorer hos personen	Beskyttende faktorer i forældre - barn samspil	Beskyttende faktorer i netværket og i samfund
Medfødte ressourcer, (fysisk, følelsesmæssigt, intellektuelt)	Tydelige stuktruer (regler, ritualer og grænser)	mindst én betydningsfuld person, som har fulgt barnet gennem opvæksten
Mestering,,oplevelsen af at have kontrol over eget liv.	Mindst en velfungerende forældre	gruppetilhørsforhold til jævnaldrende
Oplevelsen af mening og sammenhæng	Forældre som tillader hjælp fra andre	samfundsstrukturer, som støtter mestringsstrategier
Kreativitet nysgerrighed til læring).	Fælles værdier i hjemmet	kompetenceunderstøttende miljøer skole og nærmiljø
Hobbyer og interesser	(Waaktaar &Christie 2000)	Fleksibelt netværk.

At arbejde med risiko ud fra et resiliensperspektiv:



Stop risiko - Reducer antallet af risikofaktorer



Mindsk individuel sårbarhed for stress (mestringsstrategier)



Reducer negative kædereaktioner, skabe positive kædereaktioner



tilrettelæg erfaringer som åbner nye muligheder eller vendepunkter



(M.Rutter 1987)

Stop risikoen

- Børn der skrifter skole, væk fra mobning
- Børn med autisme og ordblindhed bliver set og får hjælp
- Børn udsat for omsorgsvigt som flytter til andre og bedre familier eller institutioner
- Børn bliver adopteret fra børnehjem
- Børnesoldater som bliver reddet
- Flygtninge som finder sikkerhed i et andet land.

Hverdagens magi.....



Resiliens 2024

Forskningsmetoder:

billeder af hjernen og store dataindsamlingerne
modeller af resiliensprocesser

Mange analyse niveauer fra neurobiology til
kulturstudier.

Viden fra hele verden også det globale syd

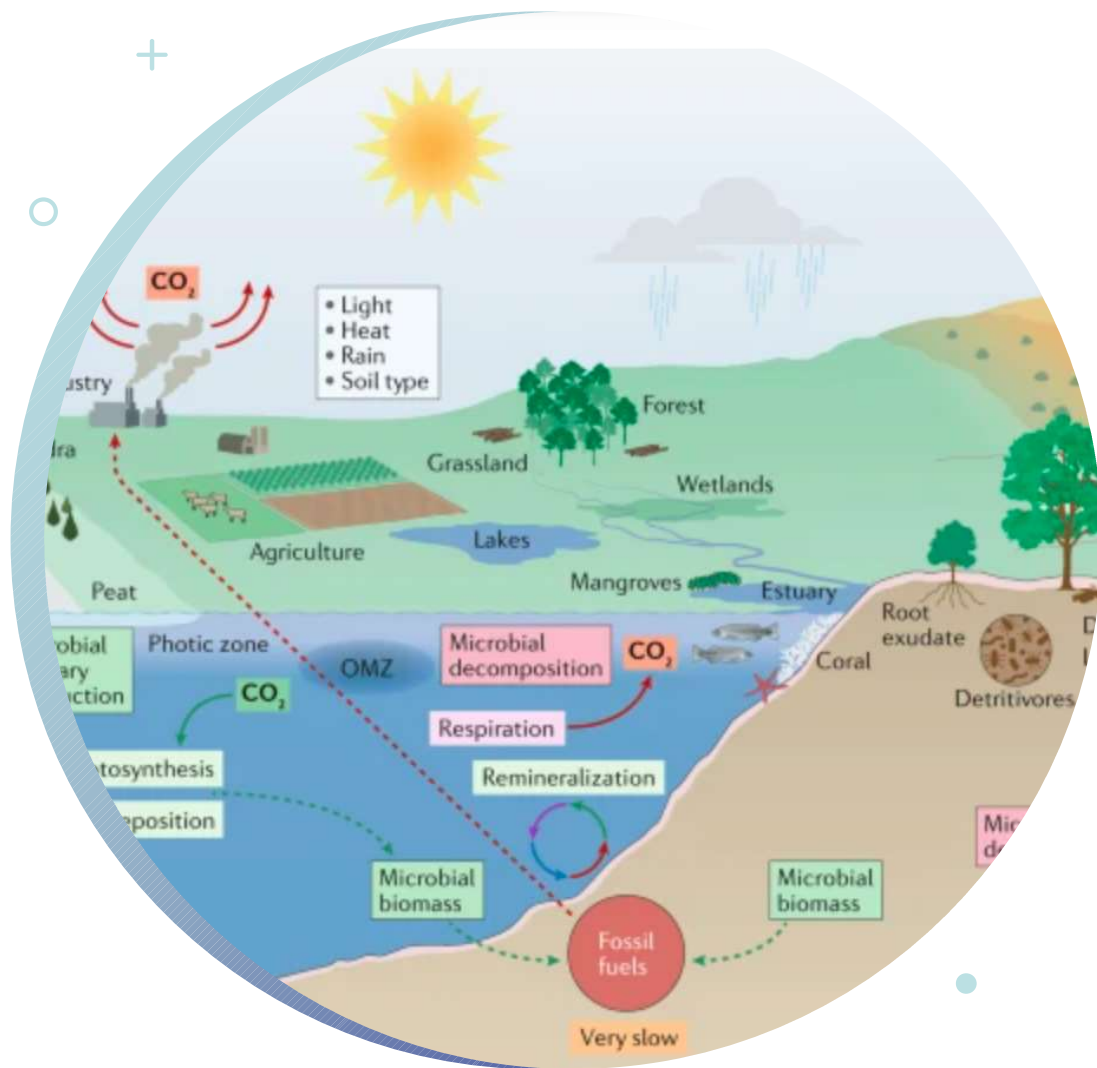
Samarbejde mellem praksis og forskning.

Anerkendelse af behovet for et fællesprog

Vi lever i urolige tider

Naturkatastrofer
Klima og vejrforandring
Krig
Pandemi
Flygtninge og familier som
er adskilt.

Multisystemisk resiliens



Mange discipliner arbejder med resiliensprocesser

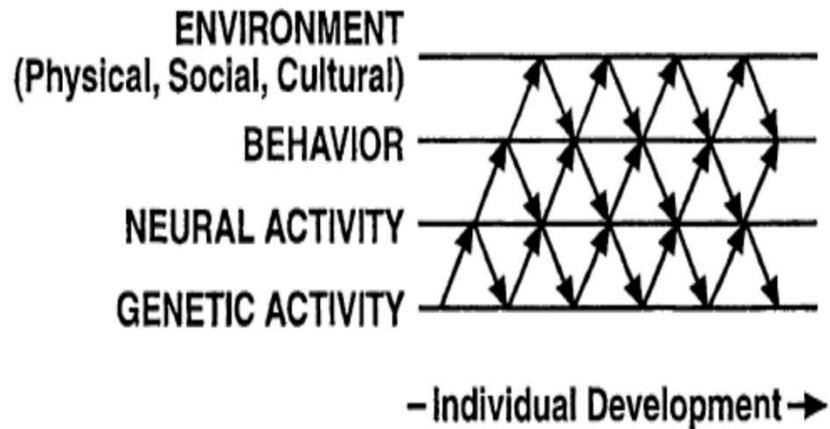
Risiko og samtidig fokus på styrker

Positiv udvikling

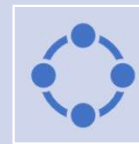
Forebyggelse
beskyttende processer

Skabe beskyttelses processer på mange niveauer.

Menneskelige udviklingsprocesser



Gottlieb 2007; Lerner 2006; Overton 2013, 2015; Sameroff 2010; Zelazo 2013



Udspringer fra interaktion i mellem mange systemer på tværs af mange niveauer.



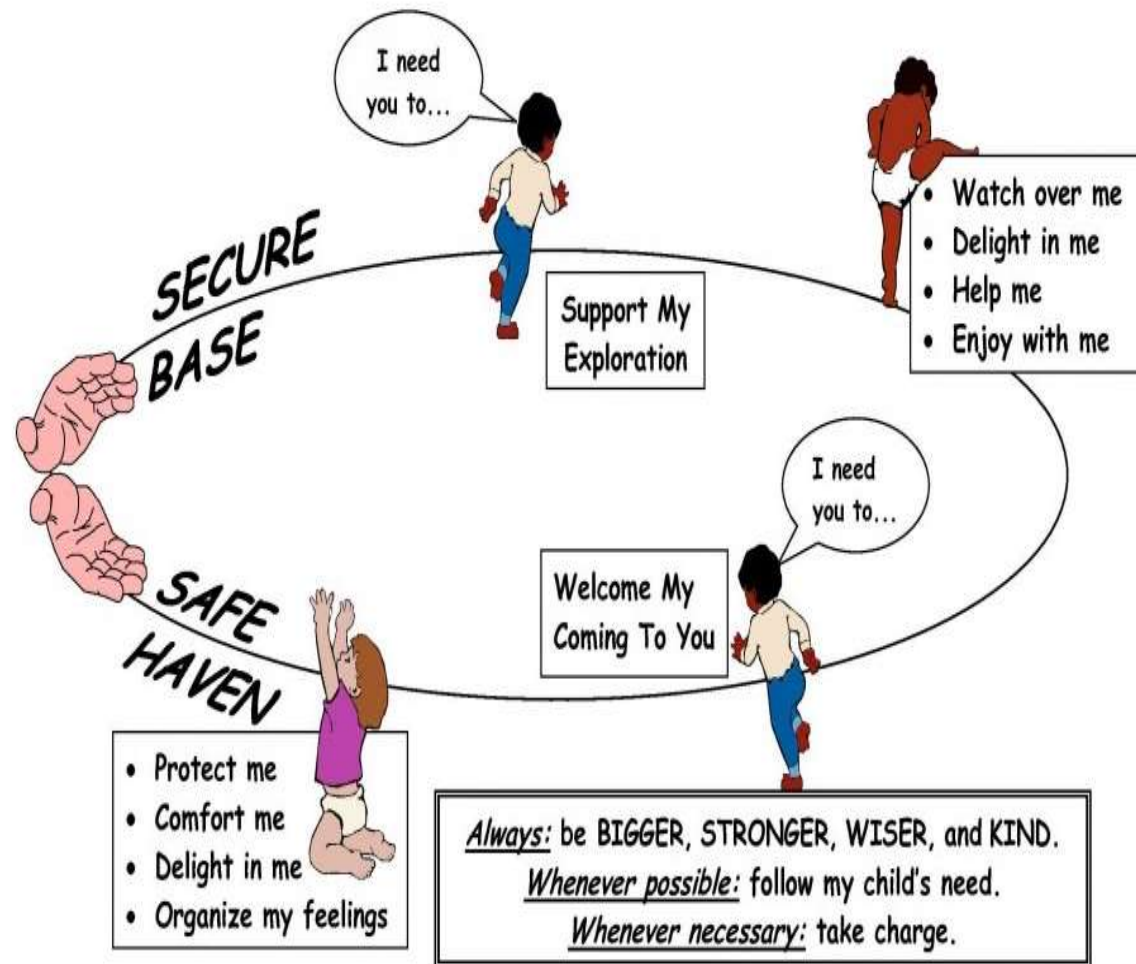
"vi arbejder nogle gange i forskellige lag".

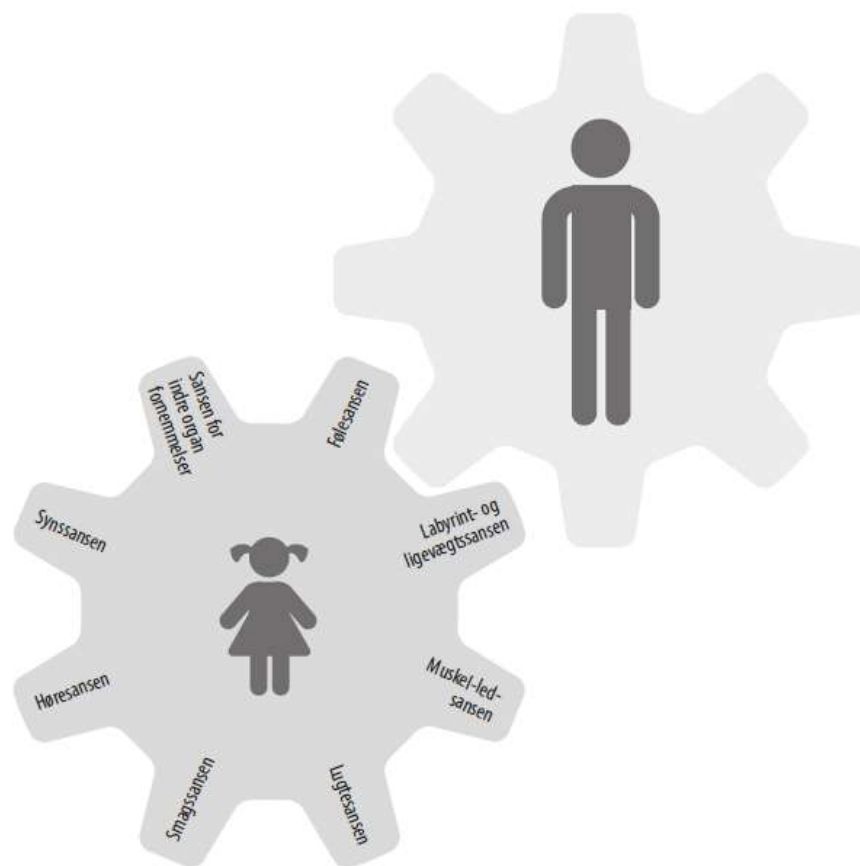
CIRCLE OF SECURITY

PARENT ATTENDING TO THE CHILD'S NEEDS

Behovet for tilknytning er evolutionært betinget og livslangt

Tilknytning varierer i kvalitet afhængig af den omsorg, som tilknytningsfigurene yder





Figur 2.1 De otte sansesystemer.

Polyval-teori

Neuroception

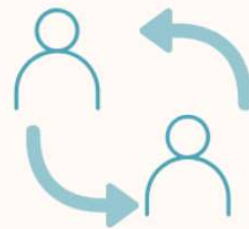
describes the neurobiological mechanisms involved in perceptions of safety, danger or life threat from



Inner
World



Outer
World



Between
Relationships

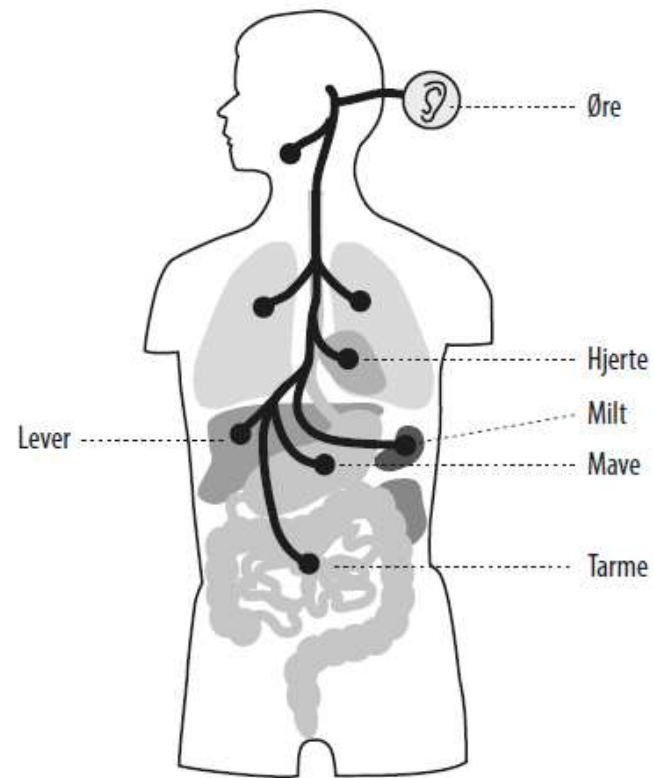


Polyvalteori

3 autonome tilstande

- Vores autonomesystem har tre lys.
- er det trygt? Ja= grøn
- er det lidt farligt Ja= gul
- er det meget farligt =Ja = rødt





Figur 5.2 Vagusnervens forbindelse til vores organer (Knapp 2020).



Figur 5.5 Det autonome nervesystem illustreret som en stige (inspireret af Dana 2018).

RESILIENSRAMMEN OG ICDP

Sammen skal vi skabe mulighed for resiliente bevægelser

Universelle tilgange til resiliente bevægelser

Specifikke tilgange til resiliente bevægelser

BASALE BEHOV

Børn og unge har brug for at...

- have et godt sted at bo
- have tilstrækkelige penge til at leve for
- være i sikkerhed og føle sig tryk
- have transportmuligheder og kunne komme steder hen
- få sund mad
- få motion og frisk luft
- få nok søvn
- lege og have fritidsaktiviteter
- leve uden mobning, fordomme og diskrimination
-
-
-
-

AT HØRE TIL

Børn og unge har brug for at...

- finde et sted hvor de kan høre til
- forstå og kende sin plads i verden
- have pligter og ansvar
- have gode venner og gode voksne omkring sig
- være i gode fællesskaber
- være i relationer hvor der er håb
- være sammen med mennesker som de kan stole på og regne med
- forstå meningen med det der sker
- glæde sig til en god oplevelse og/eller en ny ven
-
-
-
-

LÆRING

Børn og unge har brug for at...

- trives i daginstitution og skole
- have mulighed for at få en engageret støtteperson
- have tydelige ønsker/mål for fremtiden og livet
- få hjælp til at organisere sin læring
- få positiv feedback på sine initiativer og præstationer
- udvikle sit sprog og sine begreber
- udvikle sine kulturtekniske færdigheder (læse og skrive)
- udvikle gode arbejdsvaner
- udvikle evner til samarbejde
-
-
-
-

MESTRING

Børn og unge har brug for at...

- forstå hvad der er rigtigt og forkert
- være nysgerrige
- være modige
- kunne løse problemer
- kunne bede om hjælp
- udvikle interesser
- komme i flow
- kende de sociale spilleregler
- samle på stjernestunder, grine og have det sjovt
-
-
-
-

SELVFØLELSE

Børn og unge har brug for at...

- være i sammenhænge der skaber håb
- forstå sine egne følelser
- forstå andres følelser
- stå ved sig selv
- tage ansvar for sig selv
- bidrage til fællesskabet
- udvikle selvværd, selvtillid og selvkontrol
- finde sine styrker
- kunne tilgive
-
-
-
-

PROFESSIONELLE STÅSTEDER

RESSOURCESYN, RELATIONSKOMPETENCE, REFLEKSIONSKOMPETENCE

At acceptere

At tage hensyn til det svære

At forpligte sig

At mobilisere

RESILIENSRAMMEN OG ICDP

Sammen skal vi skabe mulighed for resiliente bevægelser

Universelle tilgange til resiliente bevægelser

Specifikke tilgange til resiliente bevægelser

BASALE BEHOV

Børn og unge har brug for at...

- have et godt sted at bo
- have tilstrækkelige penge til at leve for
- være i sikkerhed og føle sig tryk
- have transportmuligheder og kunne komme steder hen
- få sund mad
- få motion og frisk luft
- få nok søvn
- lege og have fritidsaktiviteter
- leve uden mobning, fordomme og diskrimination
-
-
-
-

AT HØRE TIL

Børn og unge har brug for at...

- finde et sted hvor de kan høre til
- forstå og kende sin plads i verden
- have pligter og ansvar
- have gode venner og gode voksne omkring sig
- være i gode fællesskaber
- være i relationer hvor der er håb
- være sammen med mennesker som de kan stole på og regne med
- forstå meningen med det der sker
- glæde sig til en god oplevelse og/eller en ny ven
-
-
-
-

LÆRING

Børn og unge har brug for at...

- trives i daginstitution og skole
- have mulighed for at få en engageret støtteperson
- have tydelige ønsker/mål for fremtiden og livet
- få hjælp til at organisere sin læring
- få positiv feedback på sine initiativer og præstationer
- udvikle sit sprog og sine begreber
- udvikle sine kulturtekniske færdigheder (læse og skrive)
- udvikle gode arbejdsvaner
- udvikle evner til samarbejde
-
-
-
-

MESTRING

Børn og unge har brug for at...

- forstå hvad der er rigtigt og forkert
- være nysgerrige
- være modige
- kunne løse problemer
- kunne bede om hjælp
- udvikle interesser
- komme i flow
- kende de sociale spilleregler
- samle på stjernestunder, grine og have det sjovt
-
-
-
-

SELVFØLELSE

Børn og unge har brug for at...

- være i sammenhænge der skaber håb
- forstå sine egne følelser
- forstå andres følelser
- stå ved sig selv
- tage ansvar for sig selv
- bidrage til fællesskabet
- udvikle selvværd, selvtillid og selvkontrol
- finde sine styrker
- kunne tilgive
-
-
-
-

PROFESSIONELLE STÅSTEDER

RESSOURCESYN, RELATIONSKOMPETENCE, REFLEKSIONSKOMPETENCE

At acceptere

At tage hensyn til det svære

At forpligte sig

At mobilisere



A. Bandura (1925 - 2021) canadisk-amerikansk psykolog og professor ved Stanford University.

Mestering /mesteringstro self-efficacy

behaviorisme og kognitiv psykologi

social indlærings-teori

selfefficacy

Bobo-dukke-eksperiment 1961

Mestringstest



1. Jeg kan altid løse vanskelige problemer, hvis jeg prøver ihærdigt nok
2. Hvis nogen modarbejder mig, finder jeg en måde til at opnå det, jeg vil
3. Det er let for mig at holde fast ved mine planer og realisere mine mål
4. Jeg er sikker på, at jeg kan håndtere uventede hændelser
5. Takket være mine personlige ressourcer, ved jeg, hvordan jeg skal klare uforudsete situationer
6. Jeg kan løse de fleste problemer, hvis jeg yder den nødvendige indsats
7. Jeg bevarer roen, når der er problemer, da jeg stoler på mine evner til at løse dem
8. Når jeg støder på et problem, kan jeg som regel finde flere løsninger
9. Hvis jeg er i vanskeligheder, kan jeg som regel finde en udvej
10. Lige meget hvad der sker, kan jeg som regel klare det

**The self-efficacy questionnaire for School Situations
(SEQ-SS)**




**Self-Efficacy Questionnaire for Responding to School
Attendance Problems**



<https://psy.au.dk/cebu/til-professionelle/spoergeskemaer-og-kliniske-interviews-til-fri-afbenyttelse>



	Helt uenig	Uenig	Enig	Helt enig
1. Hvis mit barn har svært ved at komme i skole, ved jeg, hvad der skal gøres for at løse dette problem.	1	2	3	4
2. Jeg er i stand til at forholde mig rolig de morgener, hvor mit barn har svært ved at komme i skole.	1	2	3	4
3. Hvis mit barn har svært ved at komme i skole, er jeg i stand til at tage kontakt til skolens personale og diskutere det med dem.	1	2	3	4
4. Jeg er i stand til at følge min plan for, hvordan jeg håndterer mit barns vanskeligheder med at komme i skole, selv når familie eller venner giver mig forskellige råd.	1	2	3	4
5. Hvis mit barn ikke kommer i skole, ved jeg, hvad jeg skal gøre, når han/hun er hjemme i skoletiden.	1	2	3	4
6. Jeg er i stand til at håndtere mit barns vanskeligheder med at komme i skole, selv hvis der er andre problemer i vores familie.	1	2	3	4



Spørgeskema om at klare situationer i skolen (The self-efficacy questionnaire for School Situations)

Dette spørgeskema indeholder spørgsmål omhandlende forskellige ting ved at gå i skole. Læs det første spørgsmål og marker så på skalaen, hvor sikker du er på at kunne klare situationen fra "Helt sikker på, jeg ikke kan" til "Helt sikker på jeg kan", eller et sted der i mellem. Når du har besvaret det første spørgsmål, går du videre til de næste spørgsmål.

Der er ingen rigtige eller forkerte svar.

	Helt sikker på jeg ikke kan	Det kan jeg nok ikke	Måske	Det kan jeg nok godt	Helt sikker på jeg kan
1. Når du tager i skole om morgenen, hvor sikker er du på, at du kan klare at være væk fra din mor eller far?	1	2	3	4	5
2. Hvor sikker er du på, at du kan spørge læreren om noget?	1	2	3	4	5
3. Hvor sikker er du på, at du kan lave de lektier, som læreren har givet dig for?	1	2	3	4	5
4. Hvor sikker er du på, at du kan klare prøverne i skolen?	1	2	3	4	5
5. Hvor sikker er du på, at du kan gøre ting foran din klasse eller gruppe?	1	2	3	4	5
6. Hvor sikker er du på, at du kan klare at blive sendt til skolelederens kontor?	1	2	3	4	5
7. Hvor sikker er du på, at du kan klare at nogen spørger dig, hvorfor du ikke har været i skole?	1	2	3	4	5
8. Hvor sikker er du på, at du kan forsvare dig selv, hvis du bliver drillet eller mobbet af de andre børn i skolen?	1	2	3	4	5



Fire måder at ændre opfattelsen af ens mestringstro (self-efficacy)



Mesteringsoplevelser.

Vores personlige succeser og fiaskoer ændrer vores mestringstro på grund af mekanismen ”reciprocal determinism”. En effektiv måde at højne en persons self-efficacy er derfor ved at personen oplever gentagne succeser eller mestringsoplevelser.



Rollemodeller.

Ved at se succeser og fiaskoer i andre som vi oplever er ligesom os selv tænker vi at disse evner har vi også. Det styrker vores gåpåmod når vi observerer at en god indsats belønnes med et godt resultat. Modsat kan det også bidrage negativt.



Social overtalelse.”Hvad andre siger”

Social overtalelse består i at man verbalt overtaler og overbeviser en anden om at denne er god til noget og har evnerne til at løse en bestemt udfordring.



tolker og bruger sine stressreaktioner og negative sindsstemninger (sportspsykologi).

Forventninger om selv- og kollektiv mestring tro bestemmer:

- om coping-adfærd vil blive indledt
- hvor meget indsats der iværksættes
- hvor længe vil det blive vedvarende i lyset af forhindringer
- (A. Bandura)



Det er i vores nærrelationer at vi som mennesker lærer de ting, der er afgørende for vores fremtidige trivsel og resiliens.



Det er her vi :

- lærer at få og opretholde venskaber
- lærer hvordan man er en 'god' ven, hvordan man vælger venner
- hvordan man styrer konflikter
- hvordan og hvornår man kan afslutte relationer
- hvordan man reparerer relationer
- hvordan man kan klare forskellige typer af interpersonelle vanskeligheder.

RESILIENSRAMMEN OG ICDP

Sammen skal vi skabe resiliente bevægelser

Universelle tilgange til resiliente bevægelser

Specifikke tilgange til resiliente bevægelser

BASALE BEHOV

Børn og unge har brug for at...

- have et godt sted at bo
- have tilstrækkelige penge til at leve for
- være i sikkerhed og føle sig tryk
- have transportmuligheder og kunne komme steder hen
- få sund mad
- få motion og frisk luft
- få nok søvn
- lege og have fritidsaktiviteter
- leve uden mobning, fordomme og diskrimination

AT HØRE TIL

Børn og unge har brug for at...

- finde et sted hvor de kan høre til
- forstå og kende sin plads i verden
- have pligter og ansvar
- have gode venner og gode voksne omkring sig
- være i gode fællesskaber
- være i relationer hvor der er håb
- være sammen med mennesker som de kan stole på og regne med
- forstå meningen med det der sker
- glæde sig til en god oplevelse og/eller en ny ven

LÆRING

Børn og unge har brug for at...

- trives i daginstitution og skole
- have mulighed for at få en engageret støtteperson
- have tydelige ønsker/mål for fremtiden og livet
- få hjælp til at organiserer sin læring
- få positiv feedback på sine initiativer og præstationer
- udvikle sit sprog og sine begreber
- udvikle sine kulturtekniske færdigheder (læse og skrive)
- udvikle gode arbejdsvaner
- udvikle evner til samarbejde

MESTRING

Børn og unge har brug for at...

- forstå hvad der er rigtigt og forkert
- være nysgerrige
- være modige
- kunne løse problemer
- kunne bede om hjælp
- udvikle interesser
- komme i flow
- kende de sociale spilleregler
- samle på stjernestunder, grine og have det sjovt

SELVFØLELSE

Børn og unge har brug for at...

- være i sammenhænge der skaber håb
- forstå sine egne følelser
- forstå andres følelser
- stå ved sig selv
- tage ansvar for sig selv
- bidrage til fællesskabet
- udvikle selvværd, selvtillid og selvkontrol
- finde sine styrker
- kunne tilgive

PROFESSIONELLE STÅSTEDER

RESSOURCESYN, RELATIONSKOMPETENCE, REFLEKSIONSKOMPETENCE

At acceptere

At tage hensyn til det svære

At forpligte sig

At mobilisere



Pause 13.50 – 14.15

Del 2. Professionelle ståsteder



RESILIENSRAMMEN OG ICDP

Sammen skal vi skabe mulighed for resiliente bevægelser

Universelle tilgange til resiliente bevægelser

Specifikke tilgange til resiliente bevægelser

BASALE BEHOV

Børn og unge har brug for at...

- have et godt sted at bo
- have tilstrækkelige penge til at leve for
- være i sikkerhed og føle sig tryk
- have transportmuligheder og kunne komme steder hen
- få sund mad
- få motion og frisk luft
- få nok søvn
- lege og have fritidsaktiviteter
- leve uden mobning, fordomme og diskrimination
-
-
-
-

AT HØRE TIL

Børn og unge har brug for at...

- finde et sted hvor de kan høre til
- forstå og kende sin plads i verden
- have pligter og ansvar
- have gode venner og gode voksne omkring sig
- være i gode fællesskaber
- være i relationer hvor der er håb
- være sammen med mennesker som de kan stole på og regne med
- forstå meningen med det der sker
- glæde sig til en god oplevelse og/eller en ny ven
-

LÆRING

Børn og unge har brug for at...

- trives i daginstitution og skole
- have mulighed for at få en engageret støtteperson
- have tydelige ønsker/mål for fremtiden og livet
- få hjælp til at organiserer sin læring
- få positiv feedback på sine initiativer og præstationer
- udvikle sit sprog og sine begreber
- udvikle sine kulturtekniske færdigheder (læse og skrive)
- udvikle gode arbejdsvaner
- udvikle evner til samarbejde
-
-
-

MESTRING

Børn og unge har brug for at...

- forstå hvad der er rigtigt og forkert
- være nysgerrige
- være modige
- kunne løse problemer
- kunne bede om hjælp
- udvikle interesser
- komme i flow
- kende de sociale spilleregler
- samle på stjernestunder, grine og have det sjovt
-
-
-
-
-

SELVFØLELSE

Børn og unge har brug for at...

- være i sammenhænge der skaber håb
- forstå sine egne følelser
- forstå andres følelser
- stå ved sig selv
- tage ansvar for sig selv
- bidrage til fællesskabet
- udvikle selvværd, selvtillid og selvkontrol
- finde sine styrker
- kunne tilgive
-
-
-
-
-

PROFESSIONELLE STÅSTEDER

RESSOURCESYN, RELATIONSKOMPETENCE, REFLEKSIONSKOMPETENCE

At acceptere

At tage hensyn til det svære

At forligte sig

At mobilisere

ICDP. INTERNATIONAL CHILD DEVELOPMENT PROGRAM

De otte temaer for godt samspil



icdp International Child Development Programme
Dansk Center for ICDP
 Center for Relationsprofessionallane

DEN EMOTIONELLE DIALOG

1. Vis glæde/positive følelser for barnet
2. Se barnets initiativ og juster dig
3. Inviter barnet til samspil – lyt og svar
4. Giv barnet anerkendelse for det, barnet magter.

Den relationelle inderside

DEN MENINGSSKABENDE OG LÆRENDE DIALOG

5. Fang barnets opmærksomhed
6. Fasthold barnets opmærksomhed – vis følelse og entusiasme
7. Fold barnets oplevelse ud – uddyb og forklar.

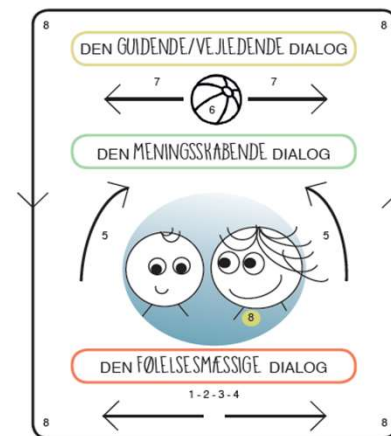
Den relationelle yderside

DEN GUIDENDE OG VEJLEDENDE DIALOG

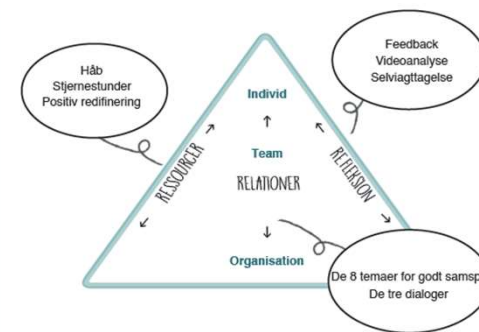
8. Skab rammerne. Guid barnet. Fortæl barnet, hvad det må og skal – trin for trin.

Den relationelle ramme

Dialogmodellen



Sensitiveringsprincipperne



Karsten Hundeide, 2004

International Child Development Program



Karsten Hundeide, 2004



Our reach so far



Empathy in action



unicef 
for alle verdens børn

Overordnet formål med ICDP

- At understøtte udviklingen af en sensitiv og følelsesmæssig kommunikation mellem omsorgsgiveren og barnet, for at skabe en positivt og udviklingsstøttende relationen mellem dem.

ICDP. INTERNATIONAL CHILD DEVELOPMENT PROGRAM

De otte temaer for godt samspil



DEN EMOTIONELLE DIALOG

1. Vis glæde/positive følelser for barnet
2. Se barnets initiativ og juster dig
3. Inviter barnet til samspil – lyt og svar
4. Giv barnet anerkendelse for det, barnet magter.

Den relationelle inderside

DEN MENINGSSKABENDE OG LÆRENDE DIALOG

5. Fang barnets opmærksomhed
6. Fasthold barnets opmærksomhed
– vis følelse og entusiasme
7. Fold barnets oplevelse ud – uddyb og forklar.

Den relationelle yderside

DEN GUIDENDE OG VEJLEDENDE DIALOG

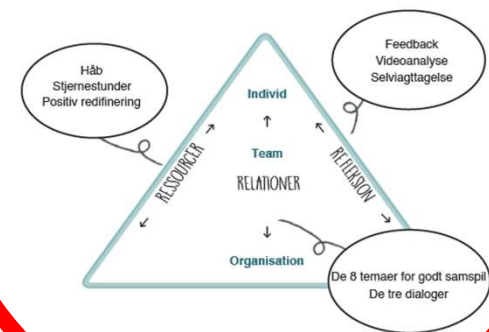
8. Skab rammerne. Guid barnet.
Fortæl barnet, hvad det må og skal
– trin for trin.

Den relationelle ramme

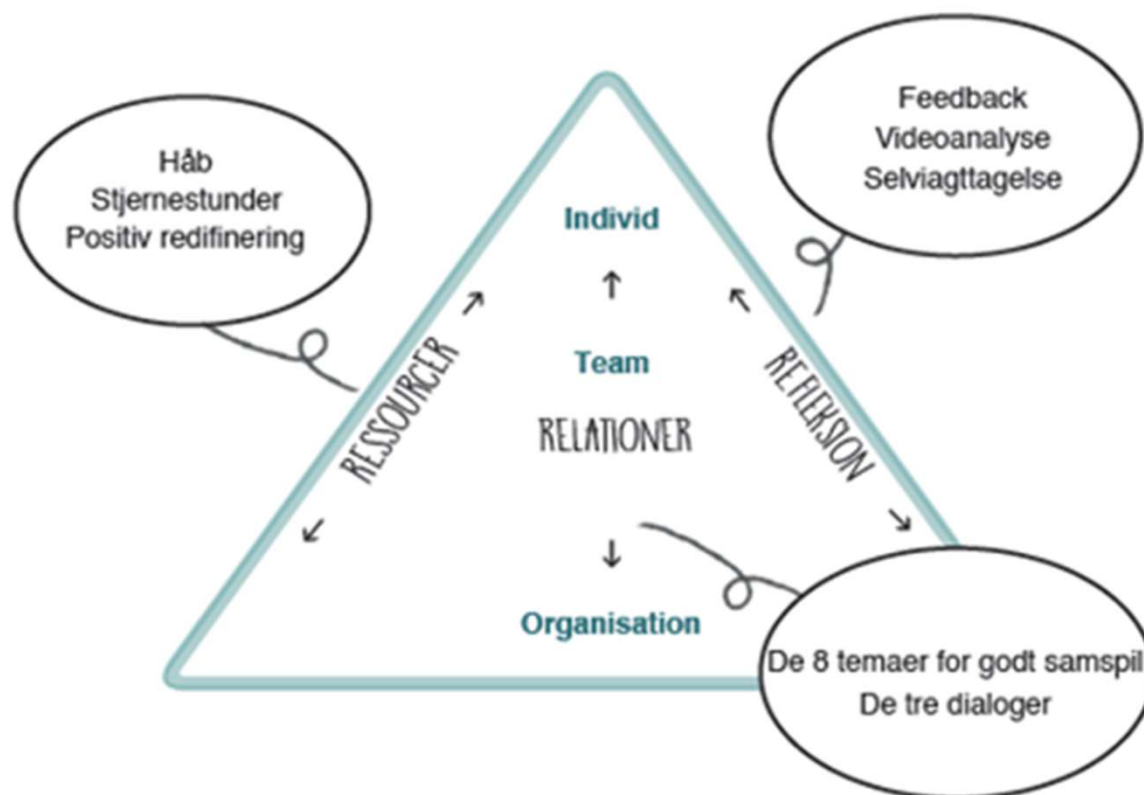
Dialogmodellen



Sensitiveringsprincipperne



ICDP. Et sensitiveringsprogram.



Inspiration Dupont, 2008

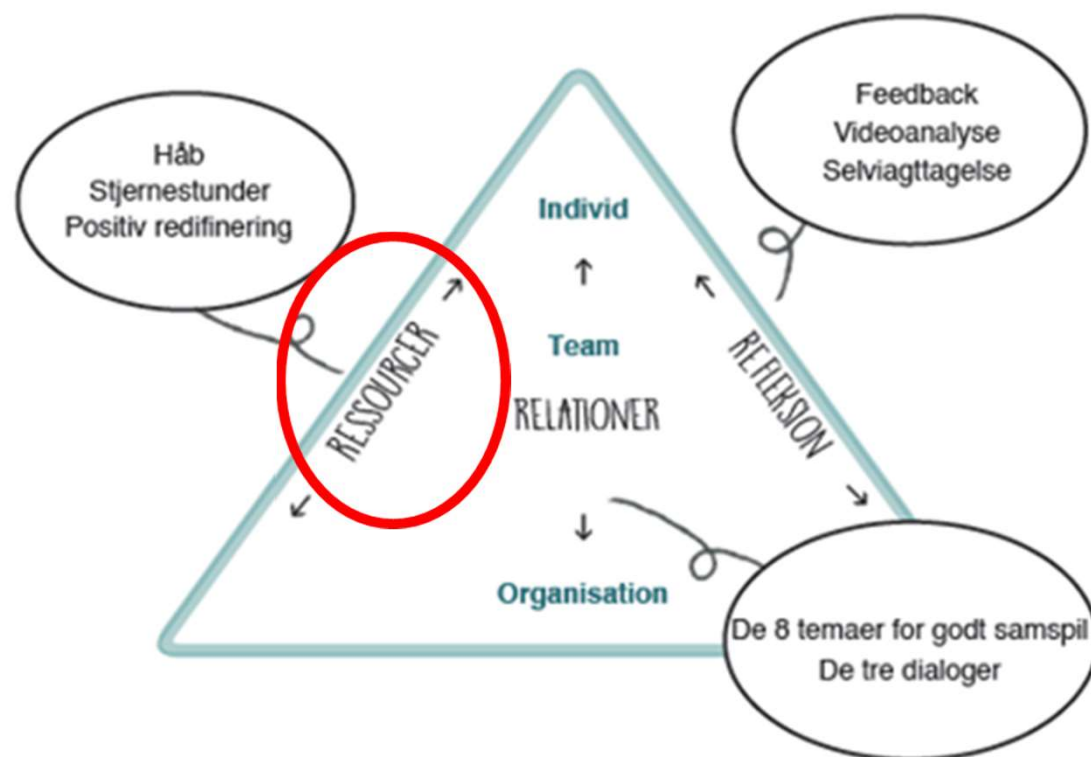
Gode relationer - en mangelvare?

” Det er vigtigt at huske, at når noget som indgå i vores hverdags, pludselig bliver aktuelt at diskutere, kan der være et tegn på, at det er ved at blive en mangelvare, det gælder fx vand og omsorg, som er en selvfølge, når det er der, men et stort savn, hvis det får dårlige kvalitet eller forsvinder”

Professionelle ståsteder

- Ståsted 1: Hav et resourcesyn
- Ståsted 2: Vær relationskompetent
- Ståsted 3: Hav refleksionskompetence

Ståsted 1: Ressourcesyn



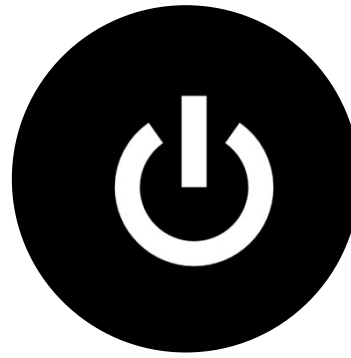
Hundeide, 2004
Sensitiveringsprincipper

Snyder, Håbets psykologi, 2004

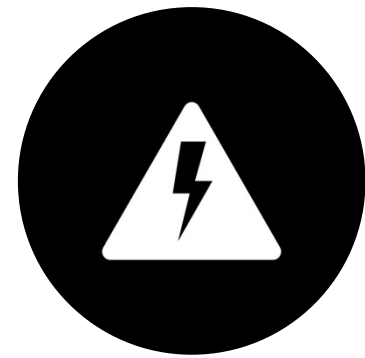
Håbets tre elementer



ET MÅL



WAY-POWER



WILL-POWER

Johan Cullberg, 2007

Vikarierende håb

- At man tilbyder sig et være en følelsesmæssig stand-in for den person der aktuelt ikke kan se sig ud af mørket. Når vi trøster et barn, skaber vi en lindring af barnets lidelse ved at tilbyde nærhed og omsorg og positive forsikringer om "at det nok skal gå".

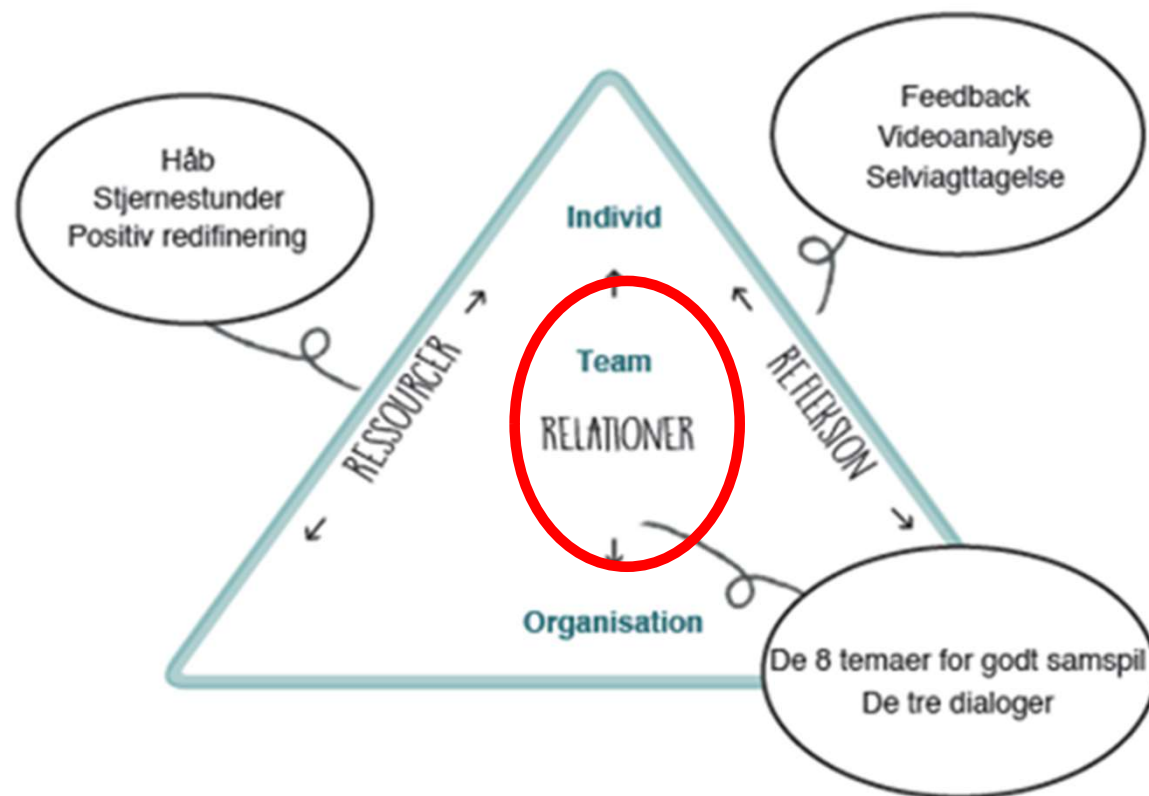
Linder, 2017 Forandringsøjeblikke

Stjernestunder



- De gode fortællinger fra praksis/hverdagen
- Opstår når hverdagslivets drømme går i opfyldelse
- Når vi sætter fokus på det, vi gerne vil have mere af, skabes der energi og handlekraft.

Ståsted 2



Hundeide, 2004
ICDP sensitiveringsprinsipper

Hundeide (2004) Linder (2022)

Otte temaer for godt samspil



DEN EMOTIONELLE DIALOG

1. Vis glæde/positive følelser for barnet
2. Se barnets initiativ og juster dig
3. Inviter barnet til samspil – lyt og svar
4. Giv barnet anerkendelse for det, barnet magter.

Den
relationelle
inderside

DEN MENINGSSKABENDE OG LÆRENDE DIALOG

5. Fang barnets opmærksomhed
6. Fasthold barnets opmærksomhed
– vis følelse og entusiasme
7. Fold barnets oplevelse ud – uddyb og forklar.

Den
relationelle
yderside

DEN GUIDENDE OG VEJLEDENDE DIALOG

8. Skab rammerne. Guid barnet.
Fortæl barnet, hvad det må og skal
– trin for trin.

Den
relationelle
ramme

Linder, 2006

Professionel relationskompetence – en definition

- Evnen til at etablere en følelsesmæssig dialog og ud fra denne dialog at skabe et lærende og guidende/vejledende samspil.

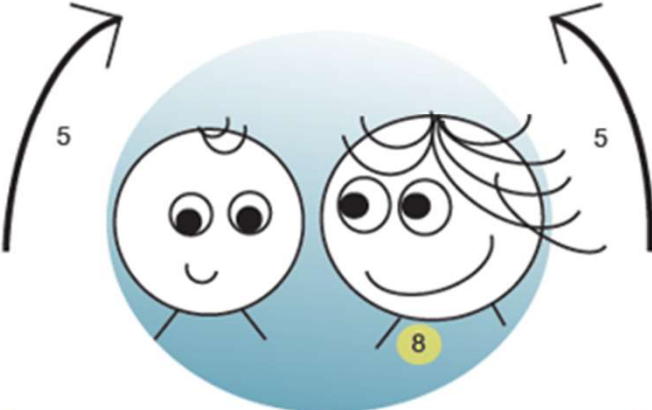
8

8

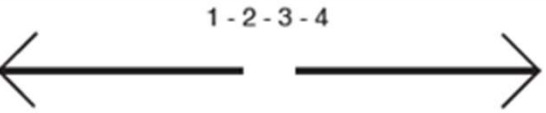
DEN GUIDENDE/VEJLEDENDE DIALOG



DEN MENINGSSKABENDE DIALOG



DEN FØLELSMÆSSIGE DIALOG



8

8

Hvad blev optaget af

ICDP. INTERNATIONAL CHILD DEVELOPMENT PROGRAM

De otte temaer for godt samspil



DEN EMOTIONELLE DIALOG

1. Vis glæde/positive følelser for barnet
2. Se barnets initiativ og juster dig
3. Inviter barnet til samspil – lyt og svar
4. Giv barnet anerkendelse for det, barnet magter.

Den relationelle inderside

DEN MENINGSSHABENDE OG LÆRENDE DIALOG

5. Fang barnets opmærksomhed
6. Fasthold barnets opmærksomhed – vis følelse og entusiasme
7. Fold barnets oplevelse ud – uddyb og forklar.

Den relationelle yderside

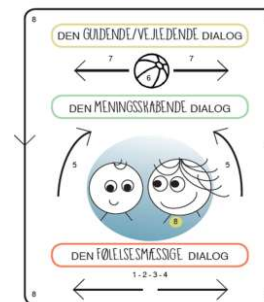
DEN GUIDENDE OG VEJLEDENDE DIALOG

8. Skab rammerne. Guid barnet. Fortæl barnet, hvad det må og skal – trin for trin.

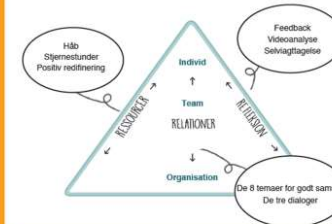
Den relationelle ramme

icdp International Child Development Program
Dansk Center for ICDP
Center for Relationsprofessionelle

Dialogmodellen



Sensitiveringsprincipperne



Linder, 2019

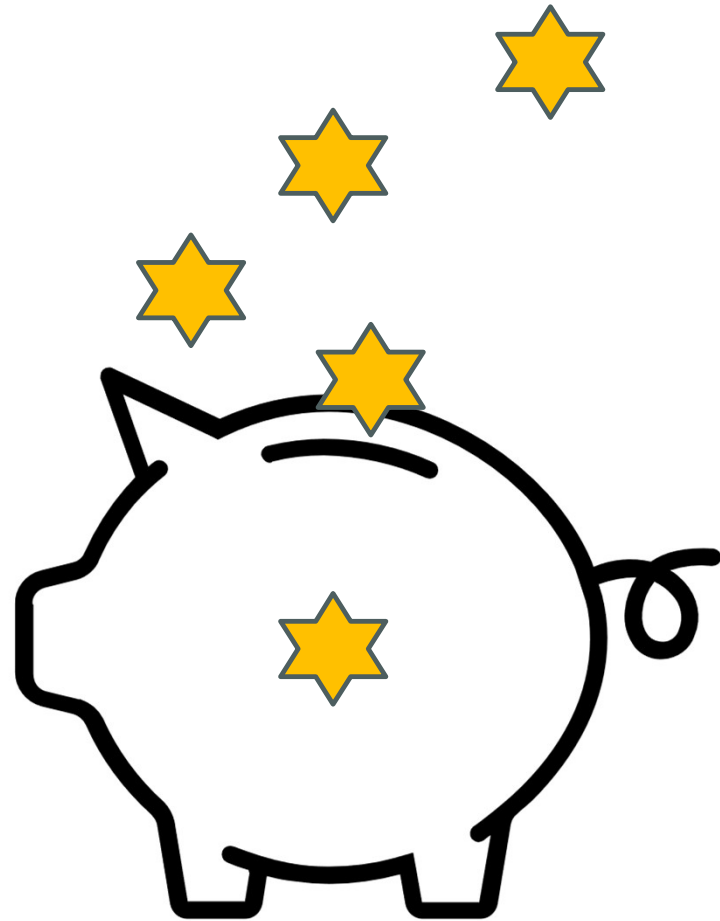
Positiv selvforståelse – skaber relationel kapital

- Selvværd –
 - den følelsesmæssige dialog
- Selvtillid –
 - den meningsskabende/lærende dialog
- Selvkontrol-
 - den guidende/vejledende dialog

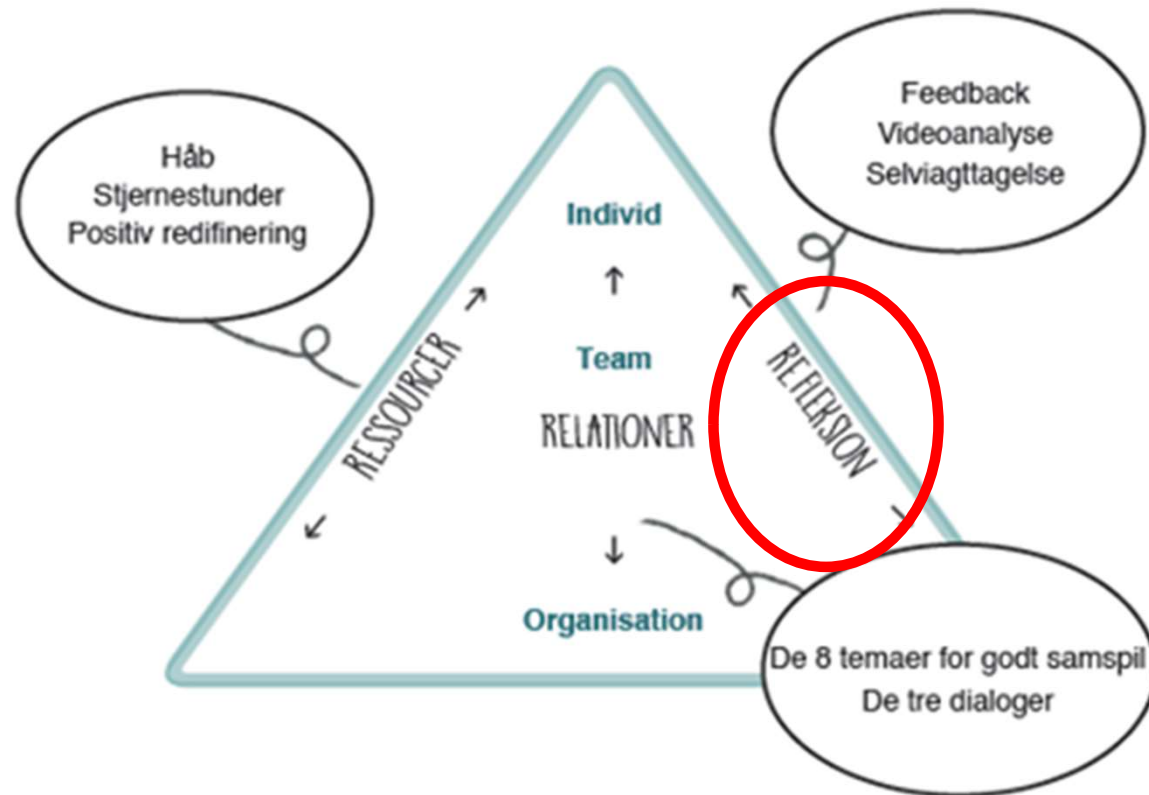
Jakobsen og Linder, 2024

Relationel kapital

- En ressource, vi kan investere i aktiviteter og tiltag - ud fra en forventning om, at det kan „betale sig“, fordi vi kan opnå en gevinst, der kan vitalisere vores liv sammen.



Ståsted 3



Hundeide, 2004

ICDP Sensitiveringsprinsipper

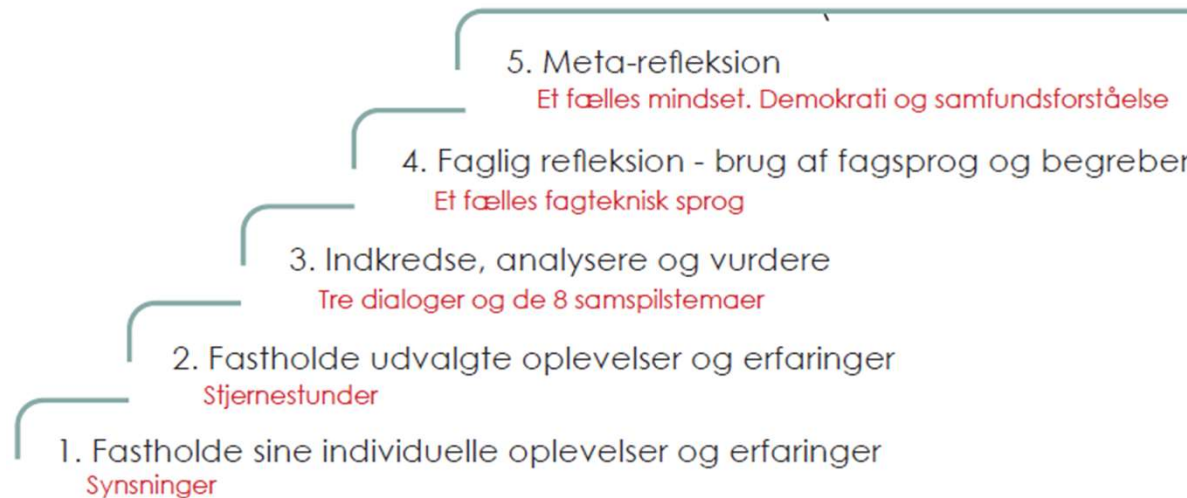
Michael White, 2006

Narrativ meningsforståelse

- Alle mennesker forsøger at skabe mening i deres liv gennem fortællinger.
- Både som de oplever disse begivenheder, men også ud fra de historier de fortæller sig selv og andre om disse begivenheder.
- Begivenheder tillægges mening, når de bliver fortalt til andre og drøftet med andre.

Inspireret af Schön, Linder2022

Refleksionskompetence



Ressourceorienteret feedback - vitaliserer

- Frugtbare tilbagemeldinger styrker både individet og fællesskabet.

Lyubomirsky, 2008

Reciprok altruisme

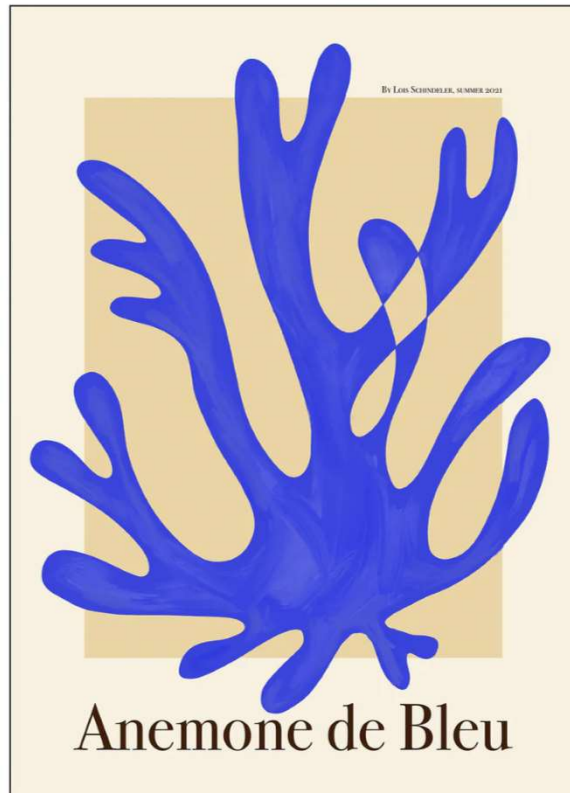
- Vi er biologisk disponeret for social gengældelse –
 - Noget for noget
 - Betale tilbage med samme mønt
- Altruismen øges hvis personen oplever at omverden værdsætter hans initiativer og hans anstrengelser.
- En person der er veltilfreds og glad, er tilbøjelig til at blive mere socialt ansvarlig



Frederickson, 2010

Positive begivenheder

- Positive begivenheder i vores liv udvider vores intellektuelle, fysiske og sociale ressourcer og opbygger psykiske reserver som vi kan trække på når vi møder en udfordring eller trussel.



Komplekse problemer
kræver komplekse
løsninger

afslutning



Viden fra forskning i resiliensprocesser:

Fokus på interventioner som styrker ressourcerne. Derfor får beskyttelse faktorer en central placering.

Interventioner er mulige gennem hele livet

Længden af interventionsperiode. At holde fast

Interventioner i overgangsperioder

Fokus på psykisk velbefindende

Egenskab, resultat eller proces



"resiliente børn, unge, voksne og familier" modsiger kompleksiteten i den økologiske og systemisk forståelse

Man kan være resiliens i sammenhæng, men ikke i en anden

Resiliens er ikke det samme som modstandskraft eller robusthed

" at klare sig uanset" kan misbrugs politisk

– et særligt krav til de professionelle:
Kompleksitetshåndtering

- At kunne tåle at være i komplekse miljøer
- En stærk monofaglighed
- En stærk flerfaglighed (Fælles sprog)
- Mulighed for tværfagligt samarbejde og fælles refleksionskultur
- Strukturer for samarbejde på tværs/ God ledelse



Professionelleståsteder er

.....ståsteder som børn og unge har brug for at møde hos den professionelle når de i samarbejde skal etablere et landskab fyldt med kilder til resiliens

De tre R'er er kernekompetencer i at kunne:

acceptere, tage hensyn, forpligtet og mobilisering.

Professionelle ståsteder

At acceptere, er at være der hvor vi er i vores rejse lige nu, uden at skyld eller skam.

Som professionelle har vi brug for at acceptere, at vi gør vores bedste under hvad der måske er udfordrende omstændigheder.

At tage hensyn til det svære, "containmen" (Winnicott)

I den professionelle relation handler om at kunne tage vare på de oplevelser og de erfaringer som bliver delt i relationen, og at kunne fastholde den del som på trods har været godt og givende.

Forpligtelse muliggøre erfaringer med tillid, pålidelighed og forudsigelighed.

Som professionelle er det betydningsfuldt at overveje, hvorvidt det er muligt at tilbyde langvarig forpligtelse til at støtte børn og unge, eller det man kan tilbyde måske kun er af kortere varighed.

anerkendelse fra ledelsen omkring tid og fokus, som denne forpligtelse måske indebærer.

at blive ved og være eksplicit omkring, hvad ens forpligtelse kan være.

at være realistisk omkring hvad der er opnåeligt, og ikke give op

Mobilisering handler om processen med at etablere og engagere et team omkring et barn, den unge.

at opbygge resiliente miljøer rundt om barnet, den unge og familien.

at undgå "samarbejdsconfusion" og den ineffektiv som kan opstå af deltagelse fra for mange omsorgsydere.

Som professionelle er det betydningsfuldt at oplever sig som en del af et fællesskab som kan hjælpe, og sætter dermed fokus på betydningen af at kunne reflektere i fællesskab

Kultursensitivitet.....

At acceptere

Hvor er det vi starter fra ?

At tage hensyn til det svær

Hvor meget indsats skal der iværksættes?

Hvor vedvarende vil indsatsen blive i lyset af forhindringer?

Hvordan beskytter vi os mod skam, skyld og afmagt

At forpligte sig

Hvordan er vores tillid til hinanden?

Har vi en kultur der er orienteret mod at reducere den kompleksitet der er forbundet med fremtidens uforudsigelighed?

Formår vi at skabe transparens – så vi undgår skjulte dagsordener?

Har vi mulighed for at holde vi hvad vi lover ?

Hvordan bevarer vi sensitiviteten og håbet?

At mobilisere

Er vi nok til at løfte opgaven?

Er vi de rigtige?

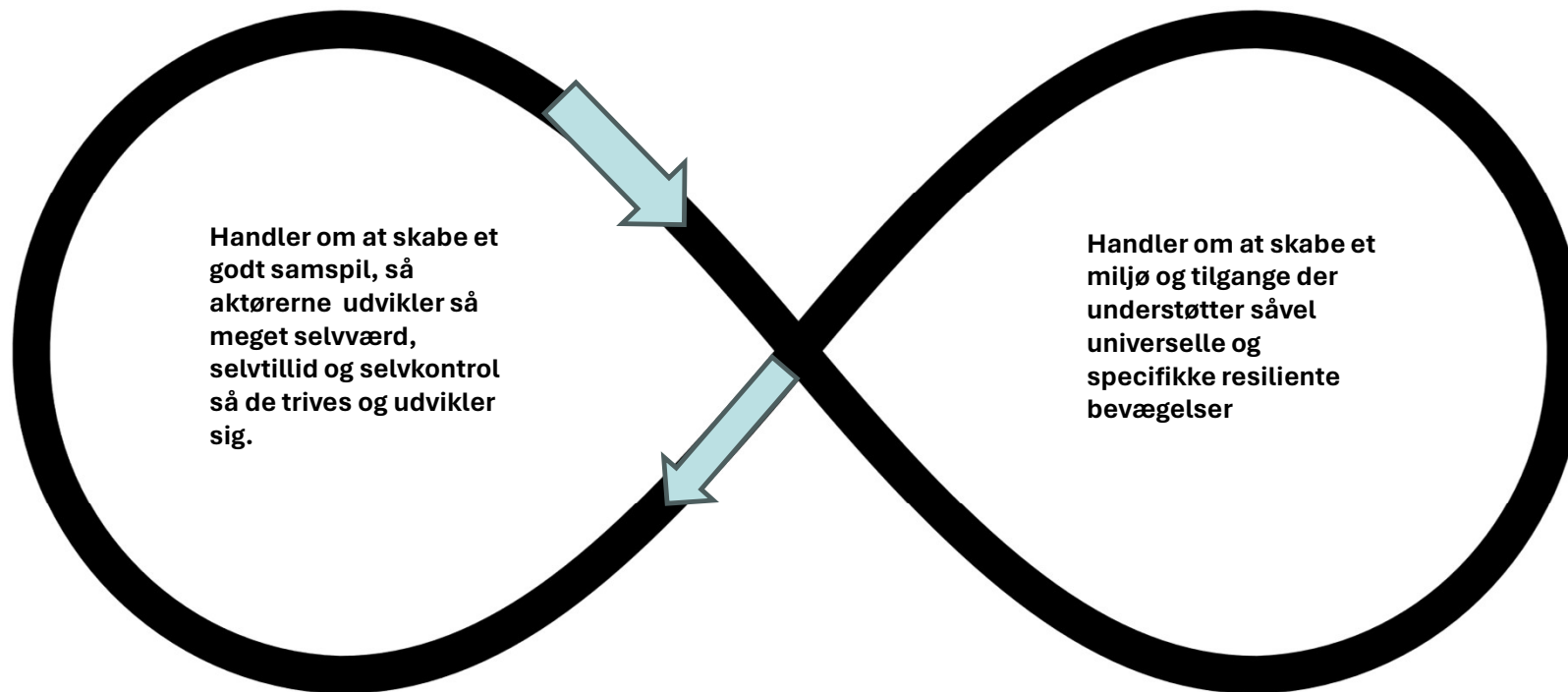
Er vi for mange ?

Resiliente bevægelser



Gode relationer

Resiliens



Begge modeller er dynamiske, kultursensitive og gensidige afhængige af hinanden

Tak for i dag

Glædeligt forår



Tøv ikke med at kontakte os hvis I har bemærkninger eller ideer

annelinder@danskcenterfor-icdp.dk

ldaskyttejakobsen@danskcenterfor-resiliens.dk