

# Å styrke de egenskapene som skal til for å skape gode allianser i arbeid med barn og familier

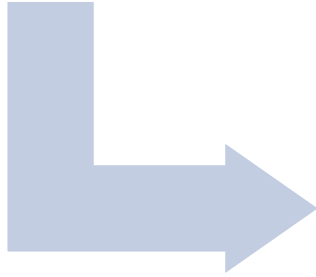
Trondheim, 26.10.2018

**Mindfulness og helsefremmende arbeid**  
Livsmestring og nærvær i skole og helsevesen

Øyvind Kvello  
Professor NTNU og USN

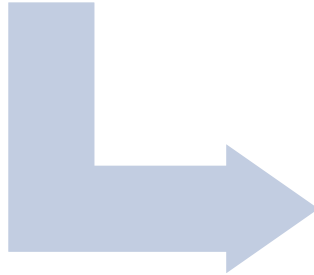
Tilknytningskvalitet

- Trygg versus utrygg



Mentaliserings-kvalitet

- Modus-fungering versus pseudo-mentalisering versus genuin mentalisering



Grad av epistemisk tillit

- Grad av kommunikasjons-tillit

# Epistemisk tillit

- Det er en nær sammenheng mellom tilknytning og utforskning, og barn med trygg tilknytning har i snitt bedre læreevne enn de med utrygg tilknytning
  - Ref.: Whipple et al., 2011
- Denne forskjellen synes å vedvare også i voksen alder
  - Ref.: Feeney & Thrush, 2010; Feeney & Van Fleet, 2010
- og har god forklaringsstyrke for hvordan man fungerer i nære relasjoner og grad av sosial støtte i det sosiale nettverket man har etablert og hvordan man nyttiggjør seg denne ressursen, hvor intim man makter å være med partner osv.
  - Ref.: Simpson & Rholes, 2010

## (... forts.)

- Epistemisk tillit innebærer at man tar til seg mye fra sine nærmeste relasjoner slik at man lærer mye fra andres erfaringer, man etterspør synspunkter og søker støtte og råd
- Man kan si at epistemisk tillit handler om kommunikasjonstillit – man har en åpenhet for å la seg påvirke, og tillit til andres livserfaringer og kompetanse, som er langt svakere hos personer med epistemisk mistillit
- Det handler om å åpne opp og stole på det som den andre, i første omgang omsorgsgiveren, formidler
  - Ref.: Fonagy et al., 2015

## (... forts.)

- Det argumenteres ut fra teori og klinisk erfaring at mentalisering nært knyttet til epistemisk tillit
  - Ref.: Luyten et al., 2017
- Mentalisering er knyttet til tre forhold: 1) den er en konsekvens av tilknytning (trygg versus utrygg), 2) den er førende for videre tilknytningsutvikling, samt 3) den har betydning for kunnskapsoverføring
- Epistemisk mistillit tenkes å være en sårbarhet for utvikling av psykiske lidelser, for mange former for psykiske lidelser preges av mangelfull kommunikasjonstillit, svak mentalisering, utrygg tilknytning, selvinnsikts-/selvbildeproblemer og selvregulering
  - Ref.: Fonagy et al., 2015

## (... forts.)

- Epistemisk tillit versus epistemisk mistillit forklarer en del av effekten personer har av psykoterapi/rådgivning
- Dette kommer til uttrykk via hvor sterk allianse man maker å danne til rådgiver/terapeut samt hvor åpen man er for tolkninger/andre perspektiv og råd
  - Ref.: Fonagy & Allison, 2014; Fonagy et al., 2015

# Allianse

- Den terapeutiske relasjonen har stor betydning for kvaliteten i profesjonelle samtaler
  - Ref.: Arnow, Steidtmann, Blasey, Manber, Constantino, Klein, Markowitz, et al., 2013; Del Re, Flückiger, Horvath, Symonds & Wampold, 2012; Gilbert & Orlans, 2011; Wampold, 2010; Wampold & Brown, 2005
- Allianse er vurdert til å forklare omkring en fjerdedel av hvor godt personer blir hjulpet av profesjonelle samtaler
  - Ref.: Horvath, Del Re, Flückiger & Symonds, 2011; Lambert & Archer, 2006

# (... forts.)

- Allianse bygges ved at man viser:
  - Viser interesse for å bli kjent med
  - Er varm
  - Er aksepterende
  - Er forekommende
  - Har en overveiende positiv fortolkning av den andre (leter etter gode motiver hvis handling ikke var bra)
  - Løfter fram de gode refleksjoner og handlinger hos rådsøker
  - Styrker selvagensen hos den andre (1) utfolder seg og et utviklingsdriv, 2) å ha tro på å lykkes og lage gode strategier)
  - Viser handlekraft
  - Nonverbal matching med personers følelser
    - Ref.: Arnow et al., 2013; Del Re et al., 2012; Guédeney et al., 2013; Heinonen et al., 2014; Hersoug et al., 2009; Hersoug et al., 2013; Horvat et al., 2011; Håvås et al., 2015; Meppelder et al., 2014; Nissen-Lie et al., 2013; Zilcha-Mano & Errazuriz, 2015



# Mentaliseringsvansker

- Fearon og kolleger (2006) beskriver fire vansker med mentalisering:
  - Konkret forståelse refererer til vansker med å kunne rette oppmerksomheten mot og gjenkjenne følelser hos både seg selv og andre. Dette inkluderer også en svak forståelse av den gjensidige påvirkningen mellom situasjon, tanker, følelser og atferd, samt en mangelfull forståelse for hvordan egne tanker, følelser og atferd påvirker andre
  - Pseudomentalisering er en form for tilsynelatende mentalisering uten å være det (utdypes senere i dette kapitlet)
  - Kontekstspesifikk tap av mentalisering handler om situasjonsstyrte midlertidige (temporære) brudd i mentalisering, for eksempel på grunn av stress, slitenhet, sterke følelser. Terskelen for kontekstspesifikt tap av mentalisering kan variere mellom personer, samt hva som virker stressende for dem
  - Misbruk av mentalisering innebærer å tillegge (attribuere til andre er nøyaktige, men benyttes på ondskapsfulle og sårende måter

## (... forts.)

- Mentalisering er både:
  - Relasjonsspesifikk
    - Man mentaliserer ikke like mye om alle mennesker, og ei heller oppnår man like god forståelse av alle
  - Situasjonspåvirket
    - Utrygg i situasjon / relasjon
    - Slitenhet
    - Sterke følelser

Ref.: Allen & Fonagy, 2006; Allen, Fonagy & Bateman, 2010; Asen & Fonagy, 2017a; 2017b; Ayoub et al., 2011; Bateman & Fonagy, 2012; Clegg et al., 2015; Lemerise & Harper, 2010; Petersen et al., 2015

