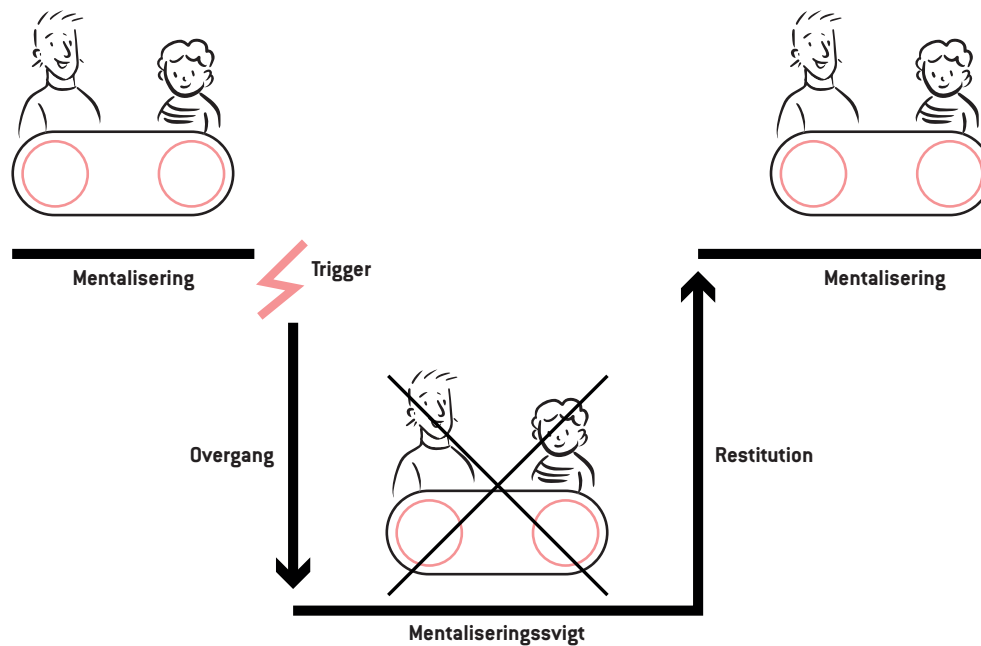


Model: Mentaliseringsvigt



Hvordan gør man?

- Jo mere man er opmærksom på mentaliseringsvigt, desto bedre kan man forstå sig selv og sine egne triggere.
- Jo mere man er opmærksom på mentaliseringsvigt, desto bedre kan man forstå børn og forældre samt deres triggere.
- Hvis et barn har et mentaliseringsvigt, er det allervigtigste at skabe ro og mentalisering hos sig selv, for når man ikke selv kan mentalisere, kan man ikke hjælpe andre med at mentalisere.
- Det er vigtigt at huske på, at evnen til at mentalisere er stærkt knyttet til evnen til at regulere følelser, og mentaliseringsvigt sker derfor ofte, når børn får intense følelser. Her kræves det, at man som professionel ikke lader sig smitte, men derimod er rollemodel for mentalisering, når barnet ikke selv er i stand til det.
- Man kan bruge modellen til at analysere mentaliseringsvigt hos et barn. For eksempel kan modellen hjælpe til at forstå, hvad der trigger et barns mentaliseringsvigt, hvad der sker i overgangen til svigtet, hvad der sker under selve svigtet, hvad der sker i restitutionen efter svigtet, hvor barnet er tilbage i en mentaliserende tilstand, og hvad der sker efterfølgende. Ud fra denne analyse kan man udvikle interventioner for det enkelte barn (eller sig selv). (For analysemodel af mentaliseringsvigt se side 47).
- Vi får alle mentaliseringsvigt – det vigtige er derfor ikke at undgå mentaliseringsvigt, men derimod at reparere efter et mentaliseringsvigt. Professionelle, der kan sige undskyld efter et mentaliseringsvigt, er gode rollemodeller for børn og forældre.