



Børnekonferencen

Mentalisering og gruppedynamikker

2022

v. Janne Østergaard Hagelquist



CENTER FOR MENTALISERING



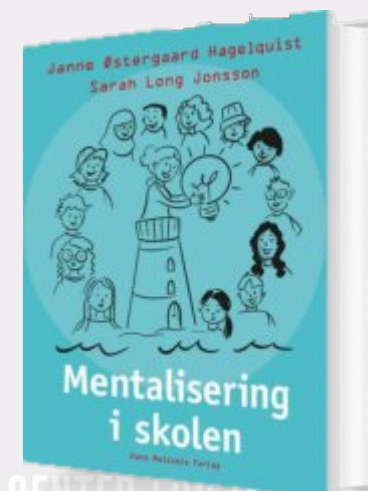
CENTER FOR MENTALISERING



Janne Østergaard Hagelquist

Psykolog, specialist i supervision og børnepsykologi

Arbejder i Center for Mentalisering primært med
uddannelse og supervision



Program

Hvorfor har vi brug for grupper?

Grupper og trivsel

Hvorfor er vi mennesker i grupper?

Evolutionær udvikling

Individuel udvikling

Gruppedynamikker

Delgrupper

Hierarki

Hvad gør man i praksis? - STORM for grupper



Hvorfor har vi brug for grupper?



Hvorfor interessere sig for grupper og mentalisering?

Sind har brug for at udvikle sig
Vi lærer og udvikler os gennem andre mennesker

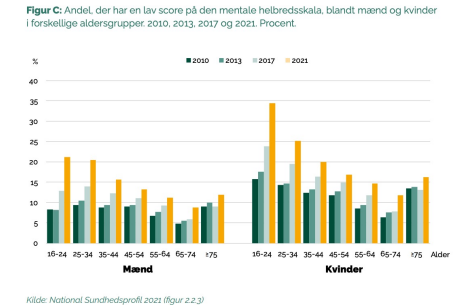
Gruppedynamikker – det nye sorte i mentaliseringsteori

Alle mennesker indgår i grupper – og mange af dem.
Fællesskabet er værdifuldt for alle
Udfordrende – men også en central udviklingsarena

Én af grundene til, at udsatte ofte får det endnu sværere i ungdommen.
Eks. BPD bliver tydeligere. Har ikke opbygget tillid og tro på, at fællesskabet kan give mig noget



FÆLLESSKABETS VIGTIGHED



Sygdom Mennesker med stærke sociale netværk bliver sjældnere syge og hurtigere raske – ”medicin”.

Levetid Tætte relationer har større indvirkning på levetid end rygning, alkohol, motion og frisk luft. (Haslem et al 2018)

Parforhold Mennesker i parforhold lever længere (Chiu et al 2018)

Arbejde At føle sig uden for fællesskabet er vigtigste årsag i forhold til mistrivsel på arbejdspladsen.

Teenagere 80 % af teenagere: ”Venner er det, der gør livet værd at leve”.

BEHOVET FOR GRUPPER



EVOLUTIONÆR UDVIKLING

Menneskearten har overlevet ved at udvikle evnen til at værdsætte andre og investere i deres trivsel og derved være ultra-samarbejdende (Tomasello, 2019)

400.000 år siden økologiske ændringer, vejrændringer, fødemangel, udfordringer med at sikre egen overlevelse, høj spædbarnsdødelighed krævede evne til fællesopmærksomhed og til samarbejde - alle samarbejdende partner blev ansvarlige for hinandens trivsel (Tomasello, 2016)

Behov for en klan for at kunne overleve. Nedlægge bytte, holde varmen om natten.

Samarbejd eller sult

Vi har evolutionært udviklet os til samarbejde
Samarbejdende øjne



BEHOVET FOR GRUPPER



INDIVIDUEL UDVIKLING **TILLID**

Basal tillid (tillid til omsorg)

Epistemisk tillid (tillid til den viden, som formidles)

Social tillid (tillid til fællesskaber/samfund)

BEHOVET FOR GRUPPER

INDIVIDUEL UDVIKLING **MORAL**

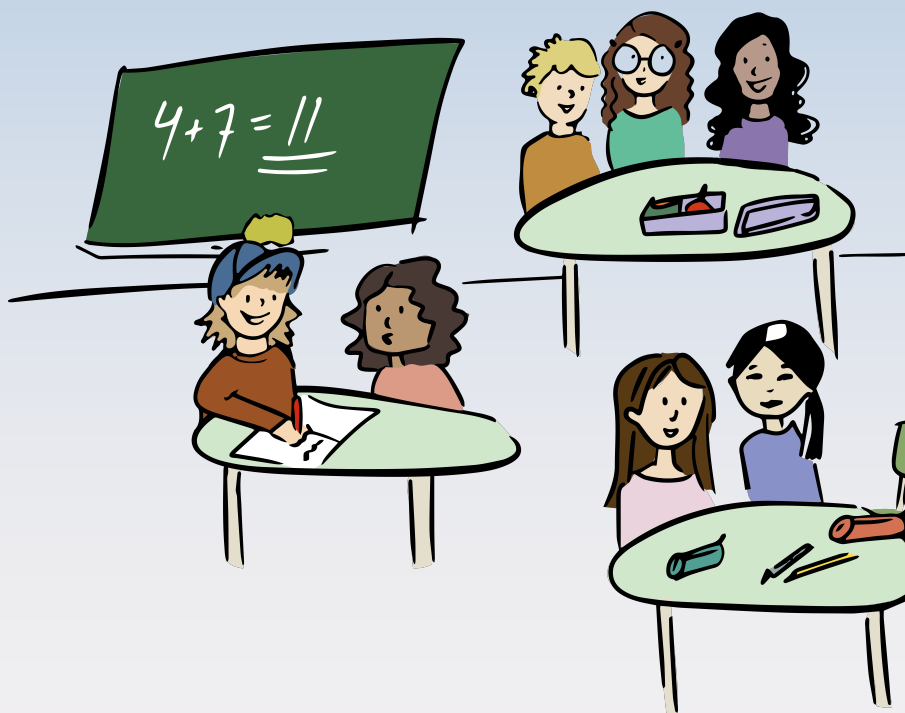
Menneskets udvikling i samarbejde gør det klar til at indgå i grupper

0-1 år: dele følelser

1-3 år: fælles intentionalitet udvikles to og to

3-6 år: kollektiv intentionalitet, som sætter individet i stand til at forbinde sig med en gruppe, begynder at udvikles – optaget af regler og moral

BEHOVET FOR GRUPPER



MORAL

Det er et mirakel at vi er moralske og det behøvede ikke at være sådan. Det skyldes at dem af os der tog de mest moralske beslutninger det meste af tiden fik flest børn. Moral synes på en eller anden måde at være hensigtsmæssig for vores art vores kultur og os selv (Tomassello, 2016)

Det er sådan vi gør det

Børn tilpasser deres adfærd til kammeraters adfærd (aber gør bare det de ved)

Vi har brug for **sikkerhed** for at udvikle tillid til at være i grupper

En del af at være i grupper er at udvikle social
tillid

Dette kræver trygge, sikre grupper ledet af trygge
voksne



Vi har brug for **moral** for at være i grupper

En del af at være i grupper er at udvikle moralske identitet

Omdrejningspunktet for moralsk er ikke ønsket om at få ros men motivationen til at være en rosværdig person

Fornemmelsen for moralsk ansvar, involverer følelser af skam og skyld sammen med motivation til at reparere norm overskridelser



GRUPPEDYNAMIKKER

Delgrupper og hierarkier

Grupper kan fungere på mange måder uden at det er dysfunktionelt, men når gruppen opleves som dysfunktionelle kan der med fordel kigges på gruppens dynamikker – grænser og hierarki



Ydre grænser

In-group og out-group

MODEL GRUPPENS GRÆNSER UDADTIL



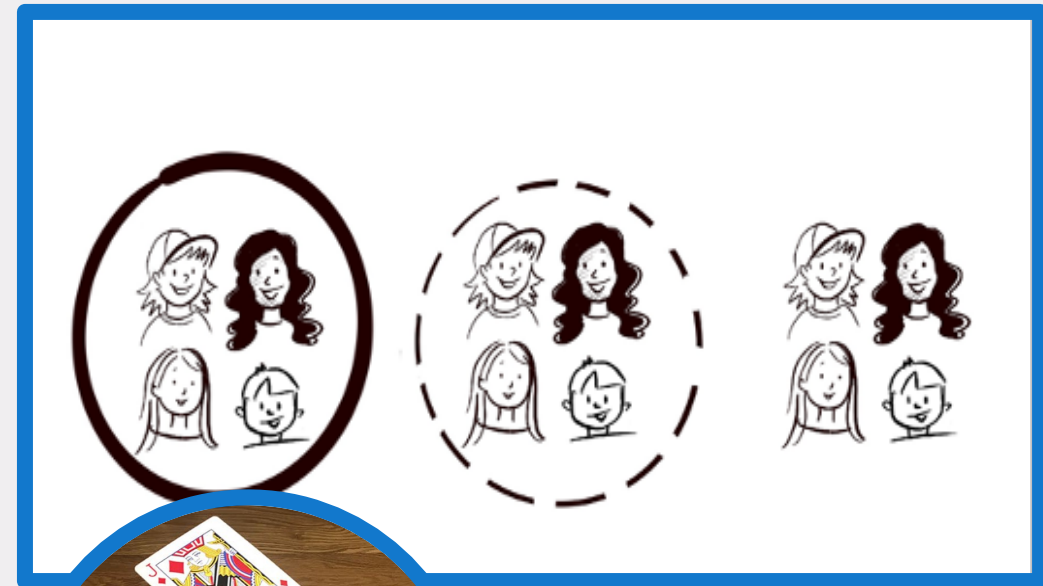


Grupper helt uden grænser
- **positive, men sjældne**

Delgrupper

Jagten efter at passe ind

- Tilpasser os den moral og adfærd der er i delgruppen
- Kommer bl.a. til udtryk i brug af rusmidler, køb af dyre tøjmærker
- Grupper forstærker potentielt risikoadfærd
- Sårbare børn er mere modtagelige for eksklusion



Delgrupper

Transparente grænser



Det er almindeligt at danne grupper

Ved gruppedannelse lærer man om at håndtere grupper som også vil være en del af voksenlivet

Optimalt er grupper med transparente grænser

Her er gruppen fleksibel man kan åbne op, være i forskellige grupper

Men tør også vælge relationer man synes er vigtige for læring og som man har lyst til at være mere og mindre tæt med

Inspiration må gerne komme ind udefra

Kan deltage i flere forskellige grupper



Delgrupper

Lukkede grænser

Gruppen isoleret.

Man holder øje med hinanden, ingen må lave relationer uden om gruppen.

Folk udefra er en trussel (farligt hvis nogen har relationer uden for gruppen).

Begrænser hinandens udvikling og vækst (eks. "Hvorfor skal du pludselig gå til håndbold?"; "Synes du virkelig tysk er spændende?"; "Leger du med Anja?").

Mange historier om gruppen som særlig god i modsætning til dem udenfor.



Hierarkier

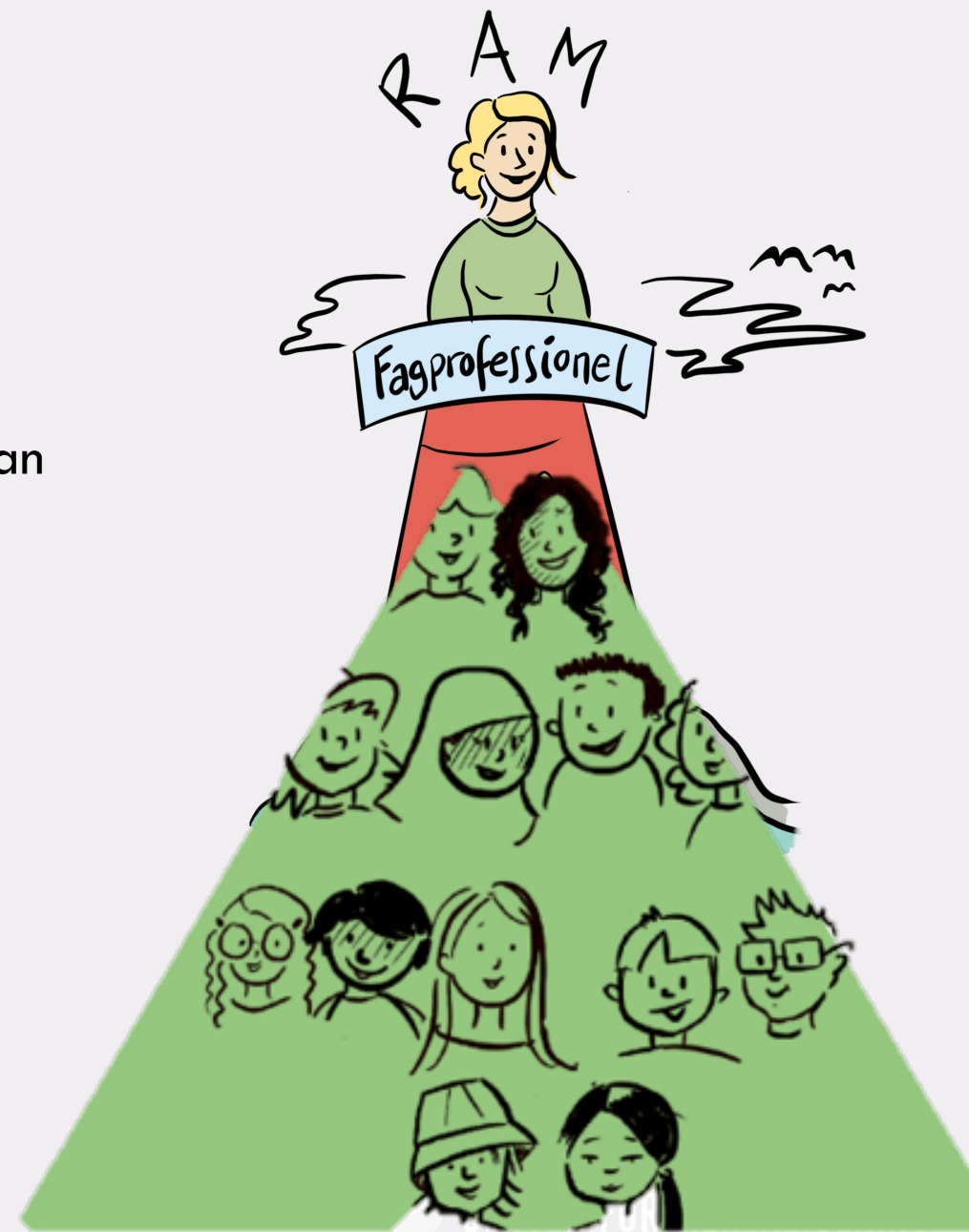
Fleksible hierarkier – med den voksne øverst

Der vil altid være sociale hierarkier.

Vigtigt at de fagprofessionelle er øverst – det bliver man gennem epistemisk tillid (RAM).

Fagprofessionelle som medskaber af hierarkier
(mobning, sikre autoritet, egne erfaringer)

I de gode grupper er der plads til at hierarkiet skifter
– fleksible og alle kan se gevinsten i det.



Viden om grupper

Vi trives bedst når vi er en del af fællesskaber

Menneskebarnet er udviklet til at indgå i grupper

- Evolutionær udvikling
- Individuel udvikling

De vigtigst udviklede elementer til at indgå i grupper er tillid, moral og mentalisering

Gruppedynamikker er kendetegnede ved delgrupper og hierarkier





Hvordan understøtter fagprofessionelle med denne viden at børn bliver en del af positive fællesskaber?

STORM for grupper



STORM for grupper

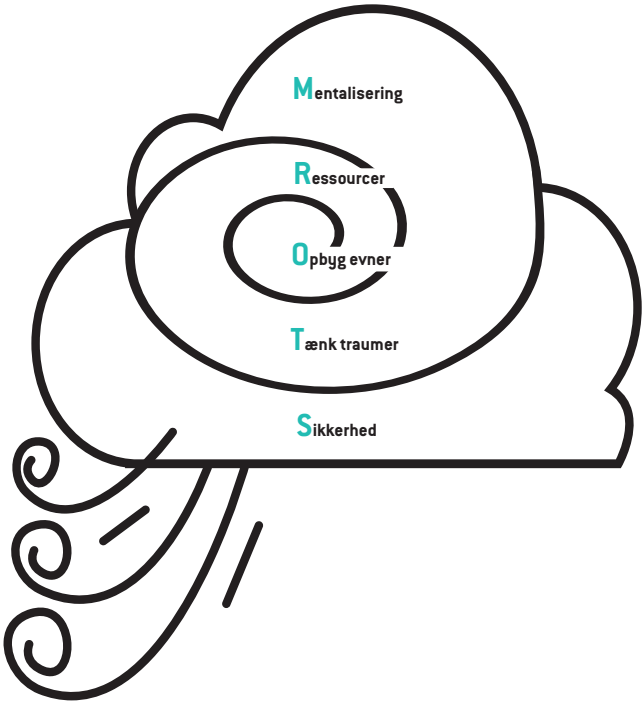


STORM for grupper

- Sikkerhed i gruppen

– lære social tillid og gruppemoral
- Traume - lille t og store T
- Organiser gruppen

– at arbejder med gruppedynamikker
- Ressourcefokus
- Mentalisering



S Sikkerhed	T Tænk traumer	O Organisér gruppen	R Ressourcer	M Mentalisering
Er gruppen generelt præget af sikkerhed? Er der skabt en fælleskultur med forståelse om, at det skal være trygt at være i klassen, og at der er plads til forskellighed? Er alle niveauer i skolen (forældre, ledelse etc.) medspillere i at skabe en sikker og mentaliserende kultur?	Har gruppen oplevet svære ting – herunder både store T og lille t (eks. dødsfald, katastrofer, sygdom, overgreb)? Har der været/er der stadig en eksklusionskultur? Er der hotspots, hvor der er usikkerhed for eleverne, vi som fagprofessionelle skal forholde os til? (frikvarter, computerspil, sociale medier, skolevejen etc.)	Hierarki: Er der tale om et fleksibelt hierarki, der kan ændres efter kontekst? Er de, der er øverst i hierarkiet i stand til at forvalte magten hensigtsmæssigt? Med hvilke midler er hierarkiet skabt? (eks. ved faglighed, ressourcer, vold, mobning, fantasi, mentalisering) Delgruppen: Hvilke delgrupper er der i klassen – har delgrupperne fleksible, rigide eller fraværende grænser? Er klassen i stand til at mestre gruppedynamikkerne uden støtte?	Har både elever og lærere et blik for klassens ressourcer? Hvilke ressourcer har klassen? Hvornår ses gruppens ressourcer mest tydeligt? Hvordan kan I hjælpe eleverne til at blive bedre til at se ressourcer hos de elever, de ligner mindst? Hvordan skabes en fælles fortælling om og med klassen, der har fokus på klassens ressourcer?	Sæt X fra 1:10: De fagprofessionelle har let ved at mentalisere klassen som helhed og de enkelte elever? 1 ← 10 Der er tale om en klasse, som mestrer problemløsninger og konflikter med respekt for hinandens synspunkter – og som er i stand til at reparere efter konflikter? 1 ← 10 Der er skabt en mentaliserende kultur, hvor der søges efter at se bag om adfærd? 1 ← 10
Hvad er indsatsmålet i forhold til sikkerhed?	Hvad er indsatsmålet i forhold til traumer?	Hvordan hjælper man som fagprofessionel grupperne til mere hensigtsmæssige gruppedynamikker?	Hvordan bliver I bedre til i højere grad at se klassen?	Hvordan kan I blive bedre til at mentalisere klassefællesskabet, grupperne og medlemmerne deri?

SIKKERHED



SIKKERHED

Sikkerhed skabes i fællesskab

Det vigtigste fokus

Hjælp hinanden med at
skabe en tryk og sikker
gruppe

De voksne forrest



Hvad virker på sikkerhed?

At **de voksne er autoriteter**, der sørger for en mentaliserende kultur og tryk og værdighedsskabende kultur – **RAM (rolig, ansvarlig og mentaliserende)**.

- Bruge sin magt til at bestemme hvilke moralske ordner der skal være gældende og hvilke der ikke skal.
- Når der er massiv mobning kan der være brug for at man mandsopdækker et barn.



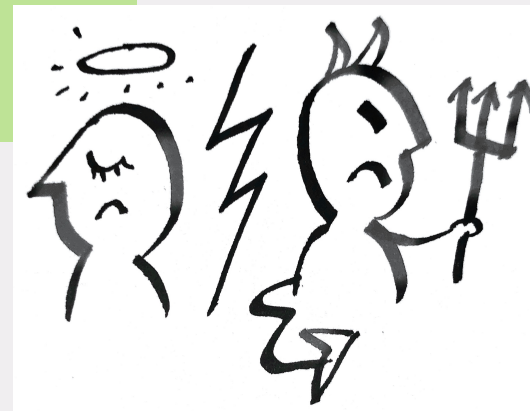
SIKKERHED

**Kendskab til
udfordringer
Kendskab til hinanden**



Struktur

Des mindre sikkerhed des
mere struktur og tæt på
(frikvarter mm)



Sikkerhed og moral Plads til forskellighed

Erkende at der er brug for
forskellighed i grupper

Piger/drenge/ små /store

Virksomheder med størst diversitet er
mest innovative

Klasser med plads til forskellighed -
kultur sprog klarer sig bedst

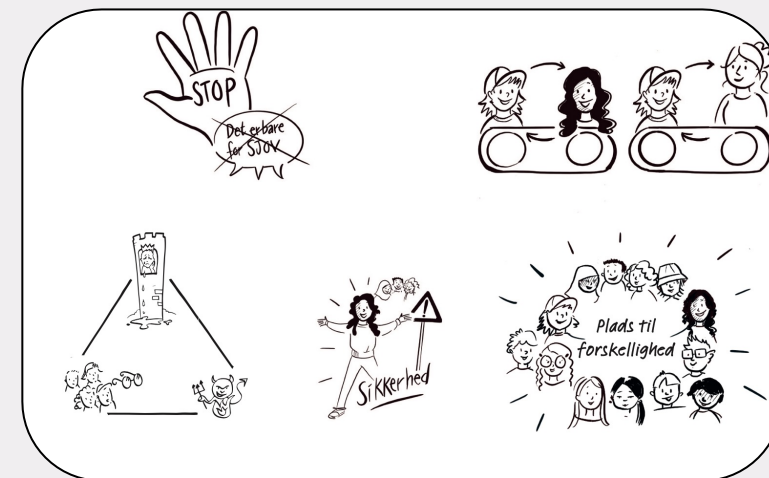




FORÆLDRESAMARBEJDE

Sikkerhed, kultur og moral

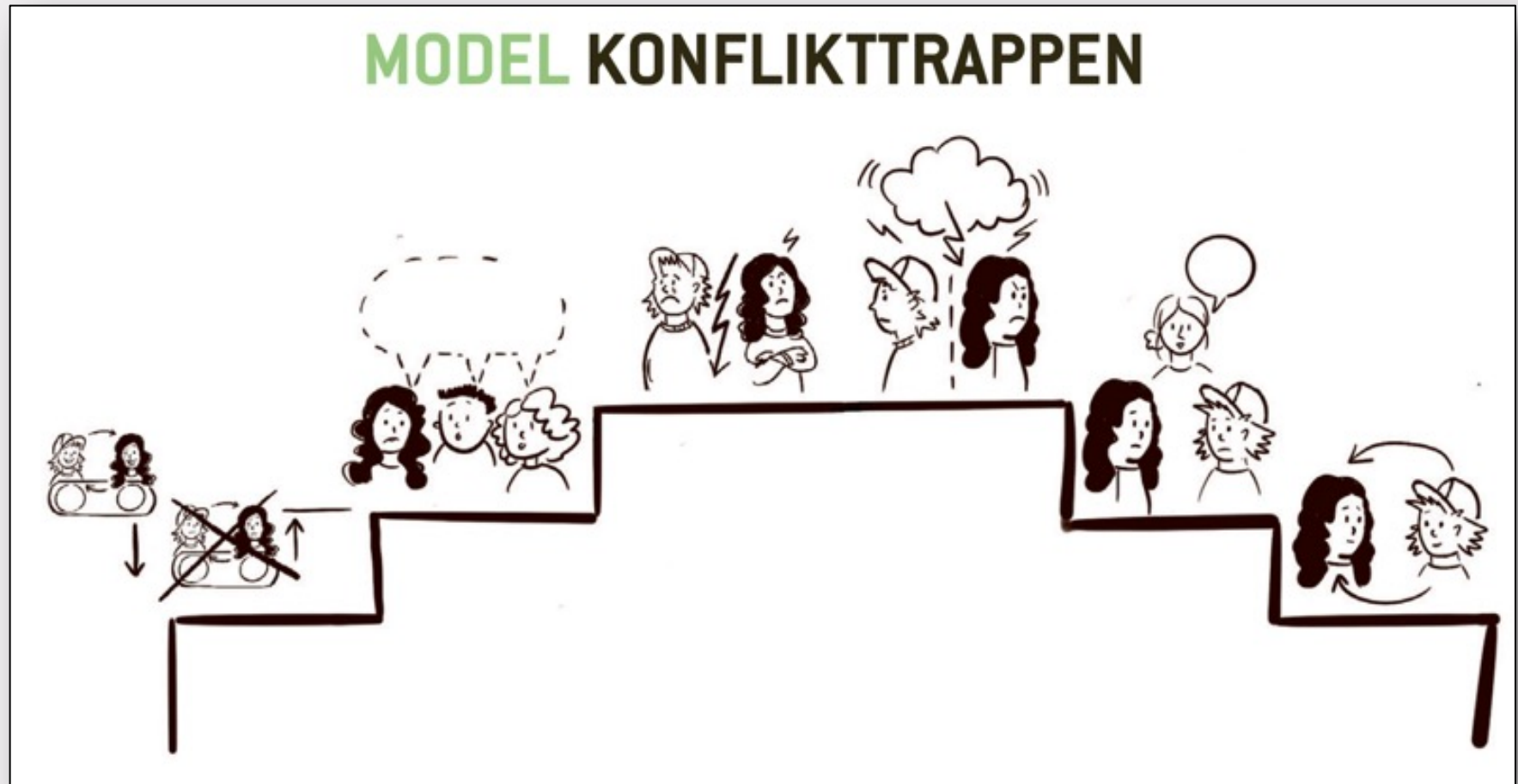
Få hjælp fra forældre til at skabe fokus på sikkerhed i gruppen



- Fakta
- Visuelle virkemidler
- Personlige beretninger

SIKKERHED VED KONFLIKTER

– at lære moral omkring konflikter



SIKKERHED



SMÅ OG STORE TRAUMER



Hvad er gruppetraumer?

Lille t: f.eks. mange skift i professionelle, tidligere mobbeproblematik, forældrekonflikter, mange børn i klassen med traumer

Store T: dødsfald, f.eks. en fagprofessionel/et barn, chokerende oplevelse i gruppen



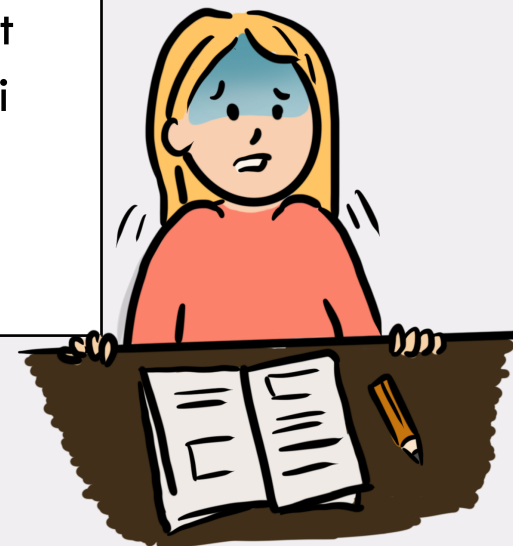
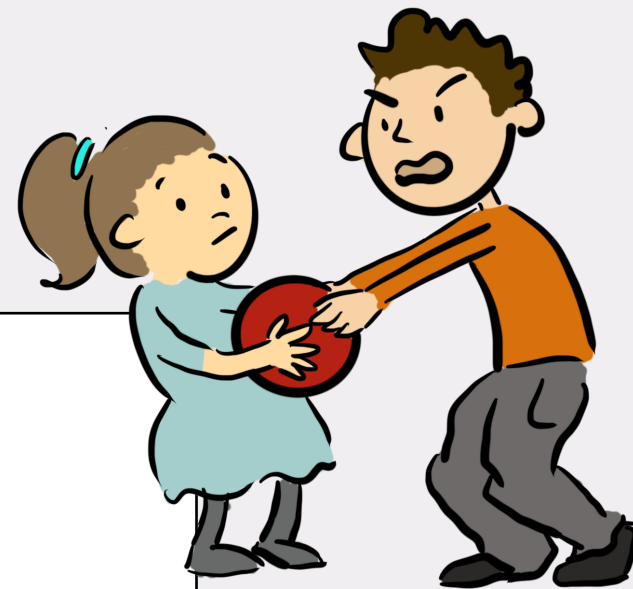


Traumer i grupper

Grupper med mange små og store T

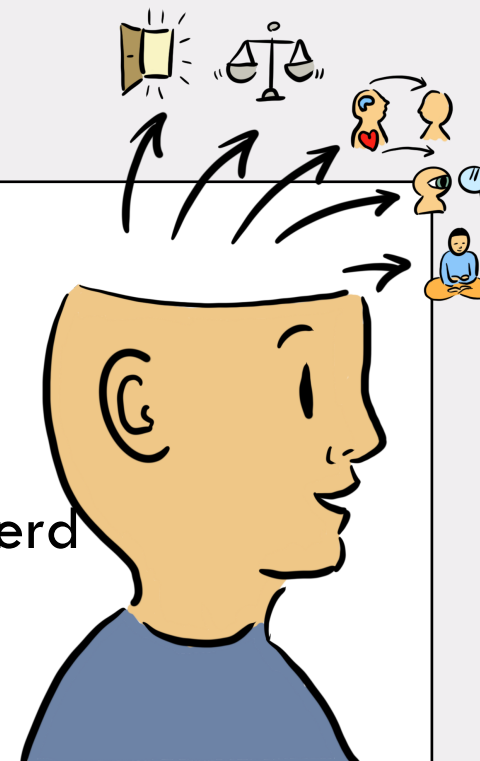
fungere dårligere vær opmærksom på både lille t og store T.

Manglende sikkerhed i gruppen Vær meget opmærksom på, at hvis sikkerhed ikke er på plads i gruppen, kan samtaler om det svære gøre tingene værre og føre til indirekte mobning.



Indsats

- Brug viden om traumer til at forstå børnenes adfærd
- Hjælp gruppen med at forstå sig selv
- Svar åbent og ærligt på spørgsmål om det traumatiske.
- Pas på med at overstimulere – læg mærke til børnenes signaler.



ORGANISER GRUPPEN



Delgrupper og hierarki

- Vær opmærksom på din egen historie med grupper
- Er de fagprofessionelle selv med til at skabe negative grupper?



Indsats



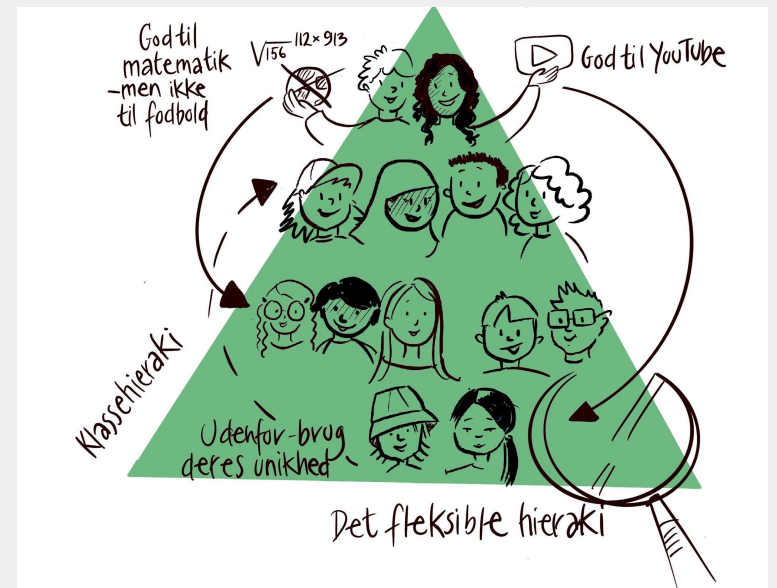
- Kom tæt på den gruppe du måske anser for "En problemgruppe" husk der er gruppe af børn
- Spørg ind til forskellighed - Hvordan er gruppens medlemmer forskellige?
- Arbejd med at åbne gruppen – spisegrupper trivselgrupper gruppearbejde, få forælderen med – husk der vil ofte være modstand
- Husk man må også være i sin foretrukne gruppe – naturlig træningsarena
- Ros og støt børn og forældre initiativer der laver initiativer det omorganisere gruppen



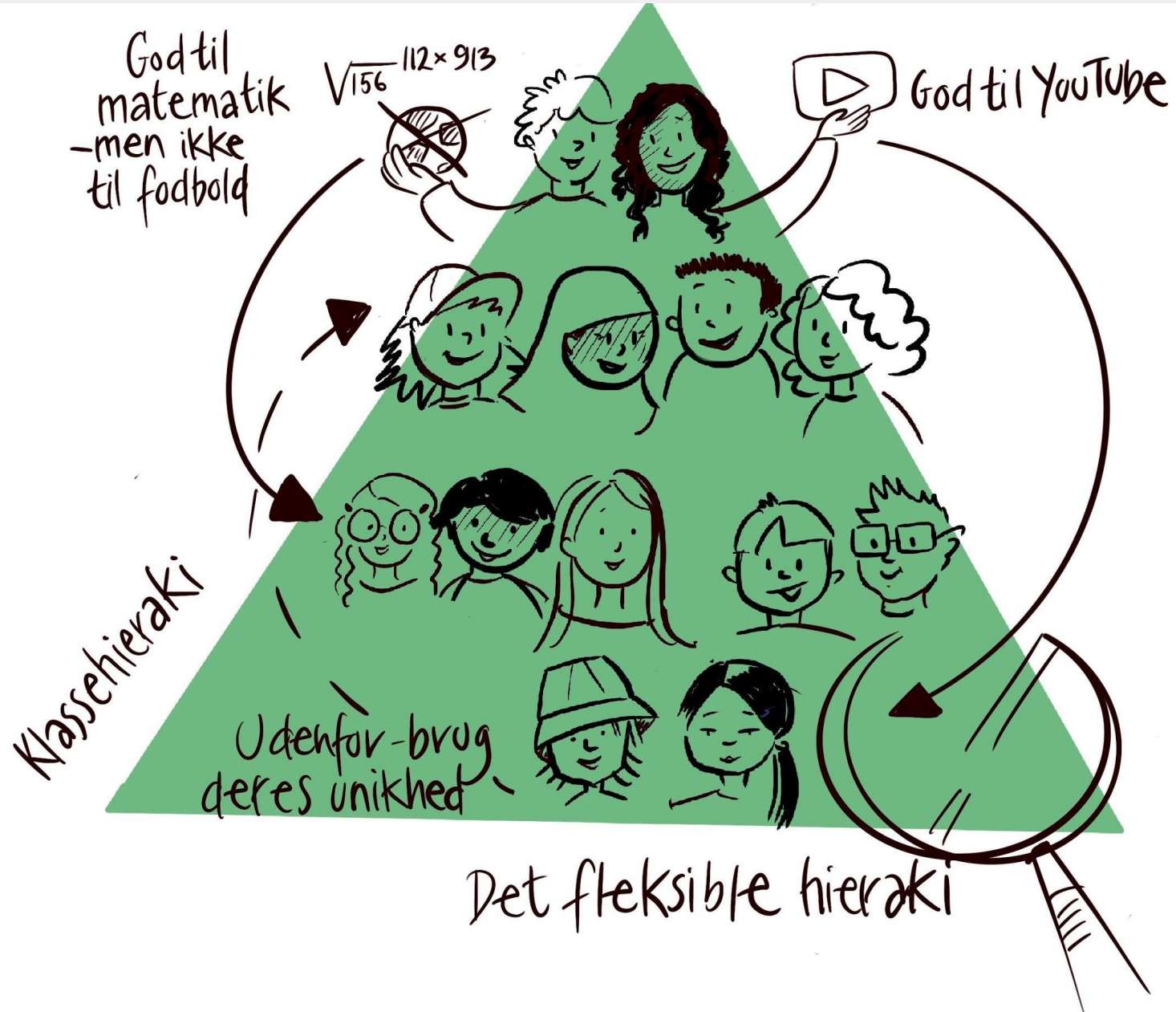
Hierarki

Eksperimenter med at lade andre komme øverst i hierarkiet

- OBS på at de verbalt stærke fylder meget
- Giv mulighed for de elever, som ikke naturligt er højt i hierarkiet



ORGANISER GRUPPEN



RESSOURCER



Ressourcer

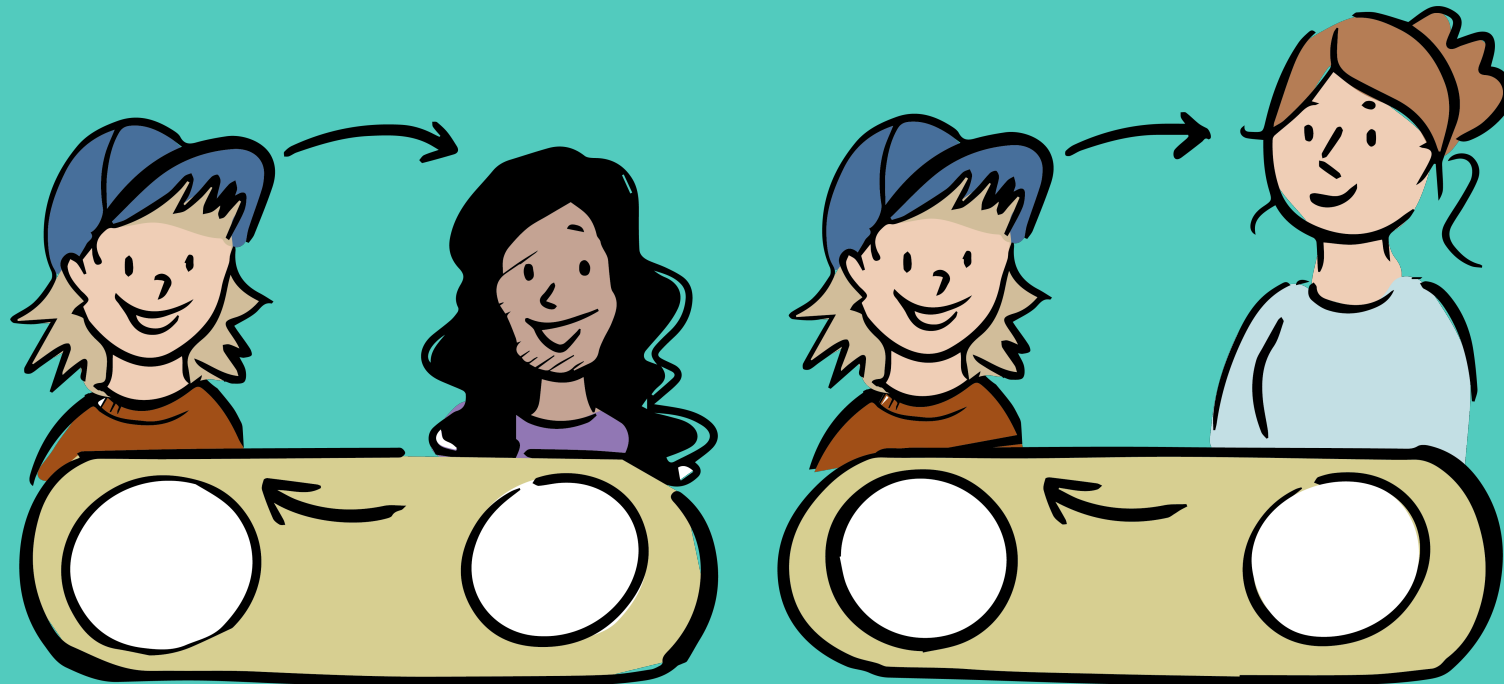
- Hvad er gruppens styrker?
- Italesæt ressourcer du ser hos børnene, og hjælp dem med at se hinandens ressourcer.
- Når du taler om børnene om grupper så hold en ordentlig og ressourcefokuseret tone.
- Hjælp børnene med at få nogle positive narrativer om dem som gruppe.



Hvilke styrker ser vi hos os som klasse?

Hvordan vil vi gerne have, at andre skal se os som klasse?

MENTALISERING



Den mentaliserende gruppe

Hvor der er fleksibilitet og hvor man ikke er fanget i et bestemt synsvinkel.

Hvor der er en legende tilgang og der anvendes varm humor.

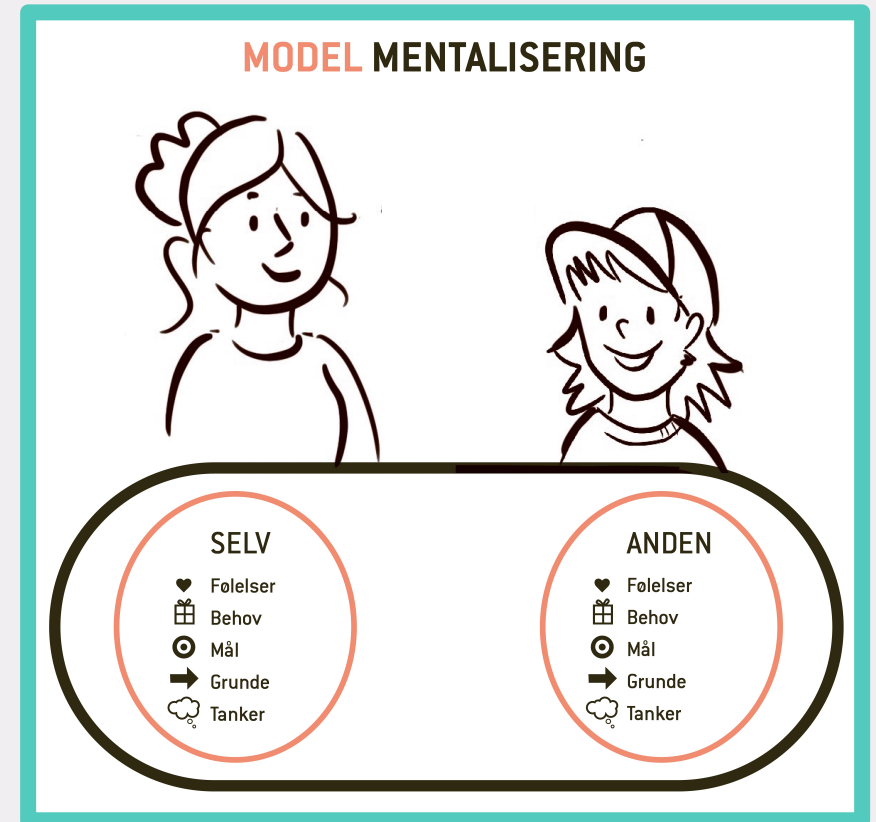
Problemløsninger og konflikter foregår i en proces, hvor der er respekt for hinandens synspunkter.

Hvor god mentalisering opdages og roses.

Hjælper hinanden, når der er brug for det.

Giver hinanden ideer til, hvordan man bedst løser udfordringer.

Har en følelse af sammenhold, fælles selvtillid og ligeværdighed.

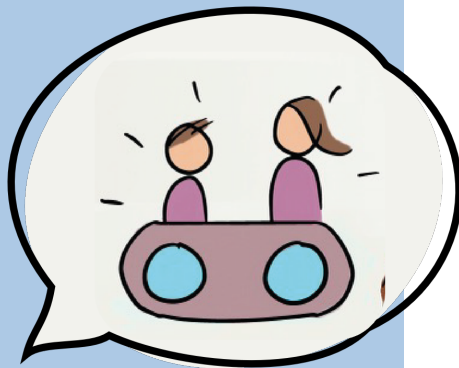


ØVELSE– STORM for grupper

S Sikkerhed	T Tænk traumer	O Organisér gruppen	R Ressourcer	M Mentalisering
Er gruppen generelt præget af sikkerhed? Er der skabt en fælleskultur med forståelse om, at det skal være trygt at være i klassen, og at der er plads til forskellighed? Er alle niveauer i skolen (forældre, ledelse etc.) medspillere i at skabe en sikker og mentaliserende kultur?	Har gruppen oplevet svære ting – herunder både store T og lille t (eks. dødsfald, katastrofer, sygdom, overgreb)? Har der været/er der stadig en eksklusionskultur? Er der hotspots, hvor der er usikkerhed for eleverne, vi som fagprofessionelle skal forholde os til? (frikvarter, computerspil, sociale, medier, skolevejen etc.)	Hierarki: Er der tale om et fleksibelt hierarki, der kan ændres efter kontekst? Er de, der er øverst i hierarkiet i stand til at forvalte magten hensigtsmæssigt? Med hvilke midler er hierarkiet skabt? (eks. ved faglighed, ressourcer, vold, mobning, fantasi, mentalisering) Delgrupper: Hvilke delgrupper er der i klassen – har delgrupperne fleksible, rigide eller fraværende grænser? Er klassen i stand til at mestre gruppedynamikkerne uden støtte?	Har både elever og lærere et blik for klassens ressourcer? Hvilke ressourcer har klassen? Hvornår ses gruppens ressourcer mest tydeligt? Hvordan kan I hjælpe eleverne til at blive bedre til at se ressourcer hos de elever, de ligner mindst? Hvordan skabes en fælles fortælling om og med klassen, der har fokus på klassens ressourcer?	Sæt X fra 1-10: De fagprofessionelle har let ved at mentalisere klassen som helhed og de enkelte elever? 1 10 ←————→ Der er tale om en klasse, som mestrer problemløsninger og konflikter med respekt for hinandens synspunkter – og som er i stand til at reparere efter konflikter? 1 10 ←————→ Der er skabt en mentaliserende kultur, hvor der søges efter at se bag om adfærd? 1 10 ←————→
Hvad er indsatsmålet i forhold til sikkerhed?	Hvad er indsatsmålet i forhold til traumer?	Hvordan hjælper man som fagprofessionel grupperne til mere hensigtsmæssige gruppedynamikker?	Hvordan bliver I bedre til i højere grad at se klassen?	Hvordan kan I blive bedre til at mentalisere klassefællesskabet, grupperne og medlemmerne deri?



CENTER FOR MENTALISERING



Tak for i dag

Find yderligere informationer,
ressourcer og
uddannelsesmuligheder her:



www.centerformentalisering.dk



App: Mentaliseringsguiden



www.facebook.com/centerformentalisering



[centerformentalisering](https://www.instagram.com/centerformentalisering)



[Youtube.com/centerformentalisering](https://www.youtube.com/centerformentalisering)

Udgivelser fra Center for Mentalisering

