



# Mentalisering i palliativ pleje

Landskursus for palliationssygeplejersker  
Kolding 2024

*v. Mette Bak Gundersen*





# CENTER FOR MENTALISERING

## Mette Bak Gundersen, psykolog

Arbejder i Center for Mentalisering primært med uddannelse og supervision

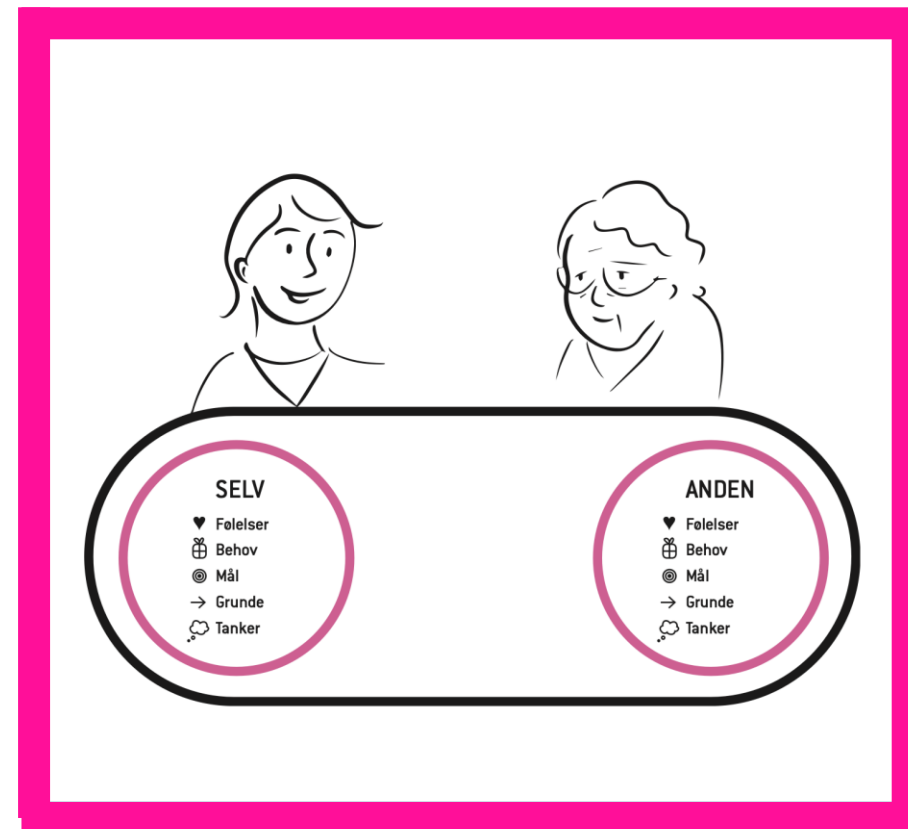


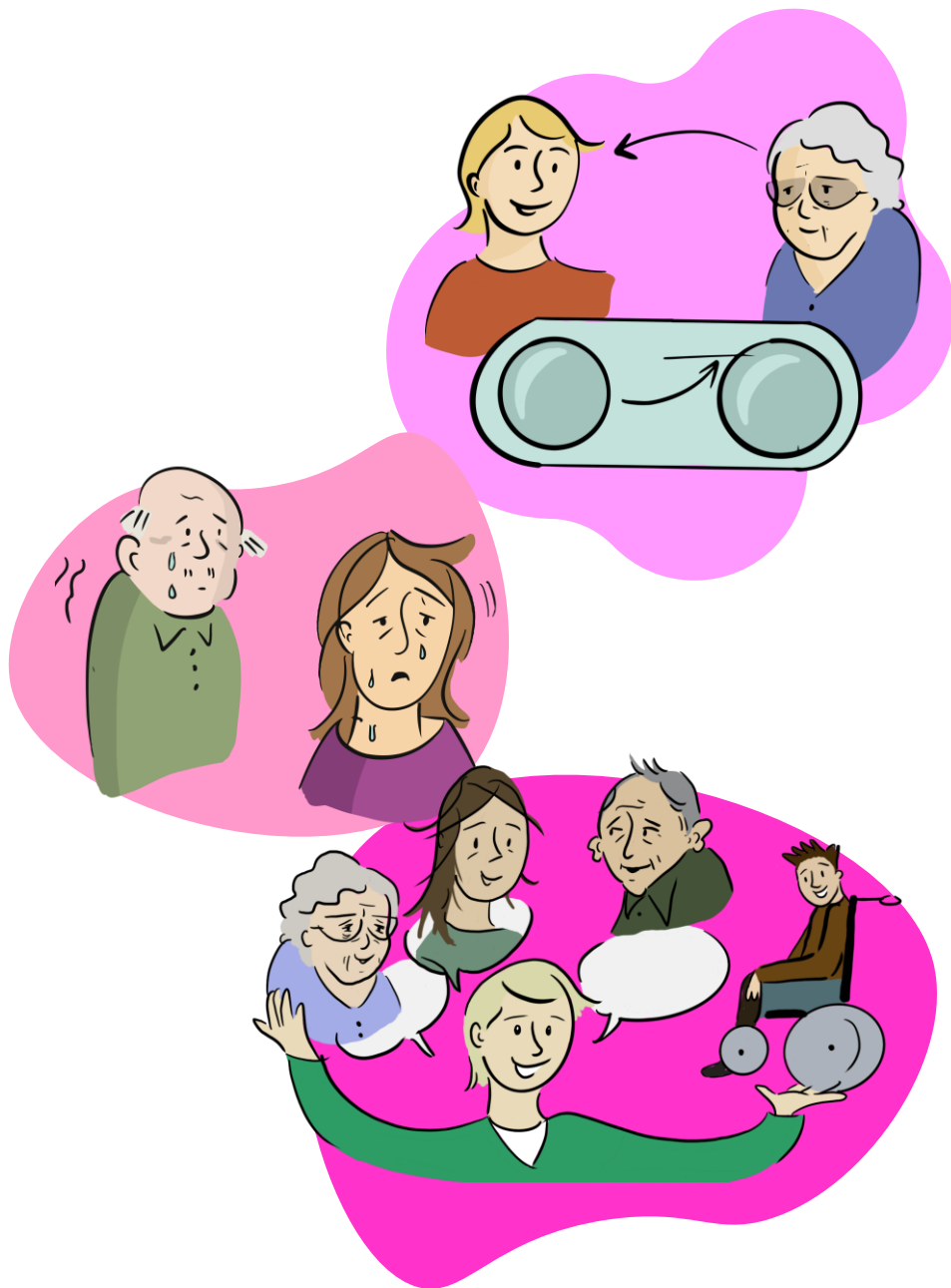
# Definition af mentalisering

Mentalisering er en facet af menneskelig forestillingsevne; Det er at have fokus på mentale tilstande hos sig selv og andre, især i forbindelse med forklaring på adfærd

Det involverer at opfatte og fortolke følelser, tanker, behov, mål og grunde som forklarer folks adfærd.

Mentalisering indeholder en bevidsthed om andres omstændigheder, tidligere adfærdsmønstre og de oplevelser, som personen har været udsat for.





At have sind på sinde

At være opmærksom på egne  
og andres mentale tilstande

At se sig selv udefra og den  
anden indefra

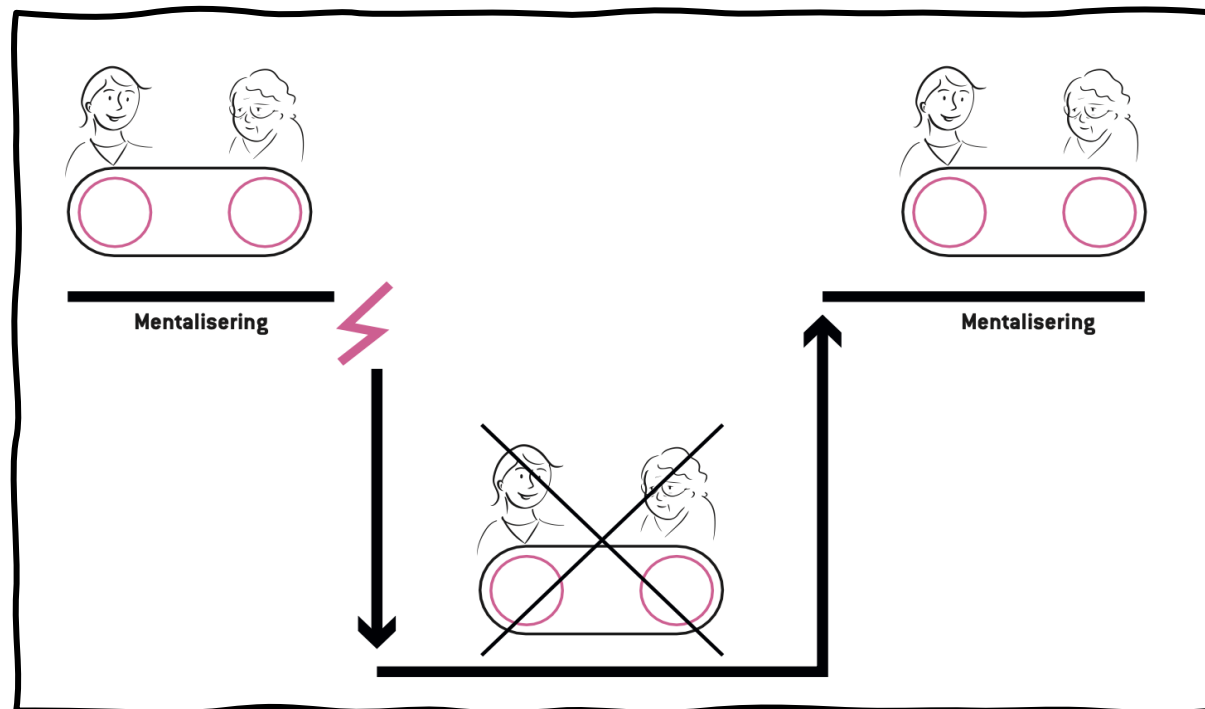
At forstå misforståelser

At se bagom adfærd

## FØLELSESINTENSITET

frygt  
vrede  
skuffelse  
skam  
forvirring  
afmagt

## MENTALISERINGSEVNE



## FØLELSSESINTENSITET

frygt  
vrede  
skuffelse  
skam  
forvirring  
afmagt

## MENTALISERINGSEVNE



Mentaliseringsevnen er  
kontekst- og  
relationspecifik



# Mentaliseringsvigt

Sket når

- 1) vi har *intense følelser* på spil
- 2) vi stopper med at være *nysgerrige*

- Vi mister fokus på de mentale tilstande hos sig selv og den anden
- Vi glemmer at andre har en indre verden eller vi laver forkerte antagelser om andres indre verden
- Vi bliver ude af stand til at reagere effektivt i forhold andre mennesker
- Frustration og magtesløshed

FØLELSESINTENSITET

frygt  
vrede  
skuffelse  
skam  
forvirring  
afmagt



MENTALISERINGSEVNE



## Hvad er en god mentaliseringsevne?

Det handler ikke om hvorvidt man får mentaliseringssvigt eller ej – det gør vi alle

### Det vi kigger mest på er

1. om man kan reflektere over et mentaliseringssvigt og reparere efterfølgende
2. om man har langvarige mentaliseringssvigt eller kortvarige mentaliseringssvigt.





Hun er bare ude på at provokere

Hun vil bare have opmærksomhed

# Pseudomentalisering

Hun tænker kun på sig selv

udtrykke vished om mentale tilstande

Han manipulerer

for at sind er  
nde er flygt

Hun er vant til at alle bare retter ind efter hende

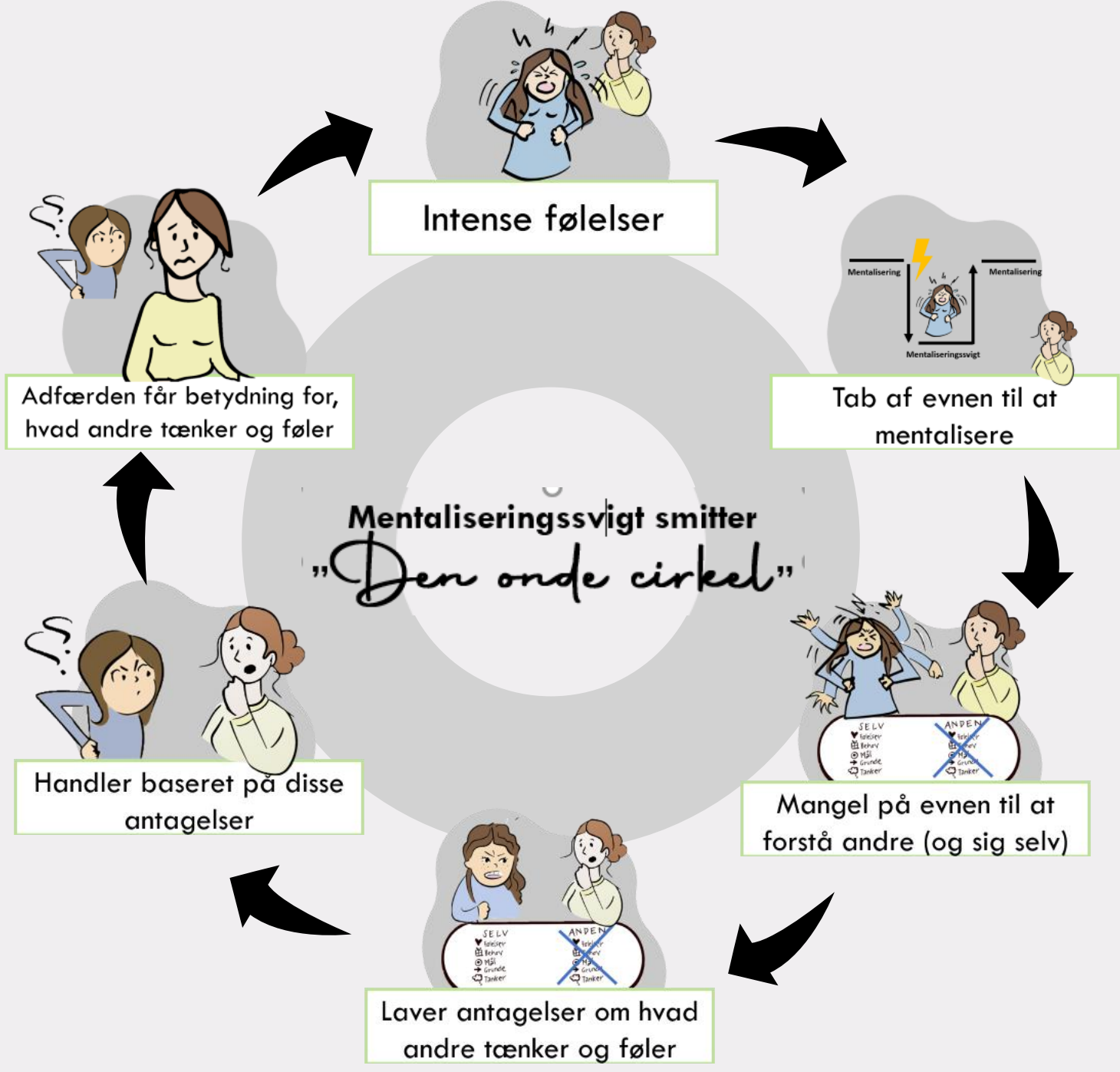
Han er ligeglad

Særlig risiko for dette i gruppe  
iseringsevnen er svinge

Det skyldes hendes depression

Hvor er han ondsindet





Intense følelser

Tab af evnen til at mentalisere

Mangel på evnen til at forstå andre (og sig selv)

Laver antagelser om hvad andre tænker og føler

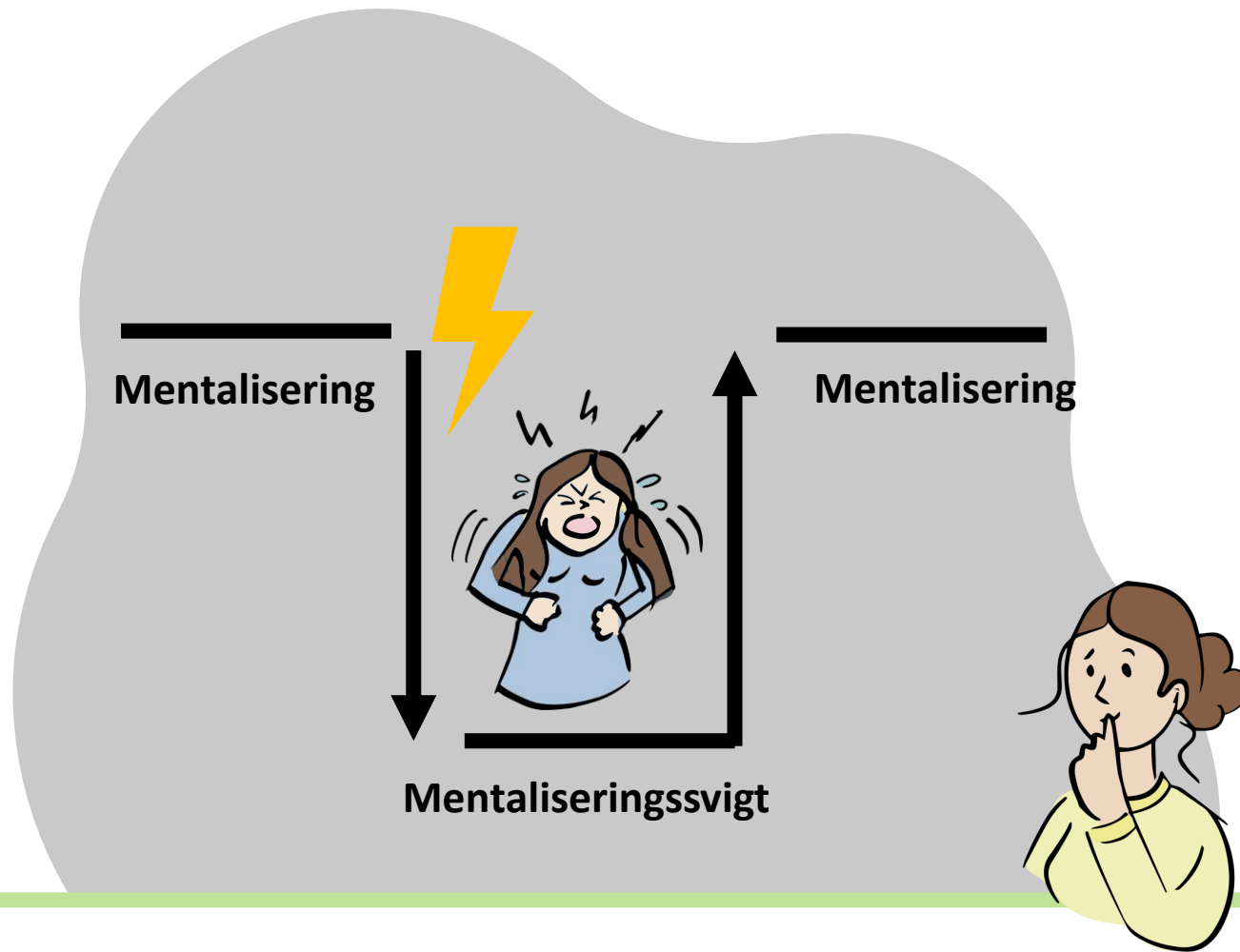
Adfærden får betydning for, hvad andre tænker og føler

Handler baseret på disse antagelser

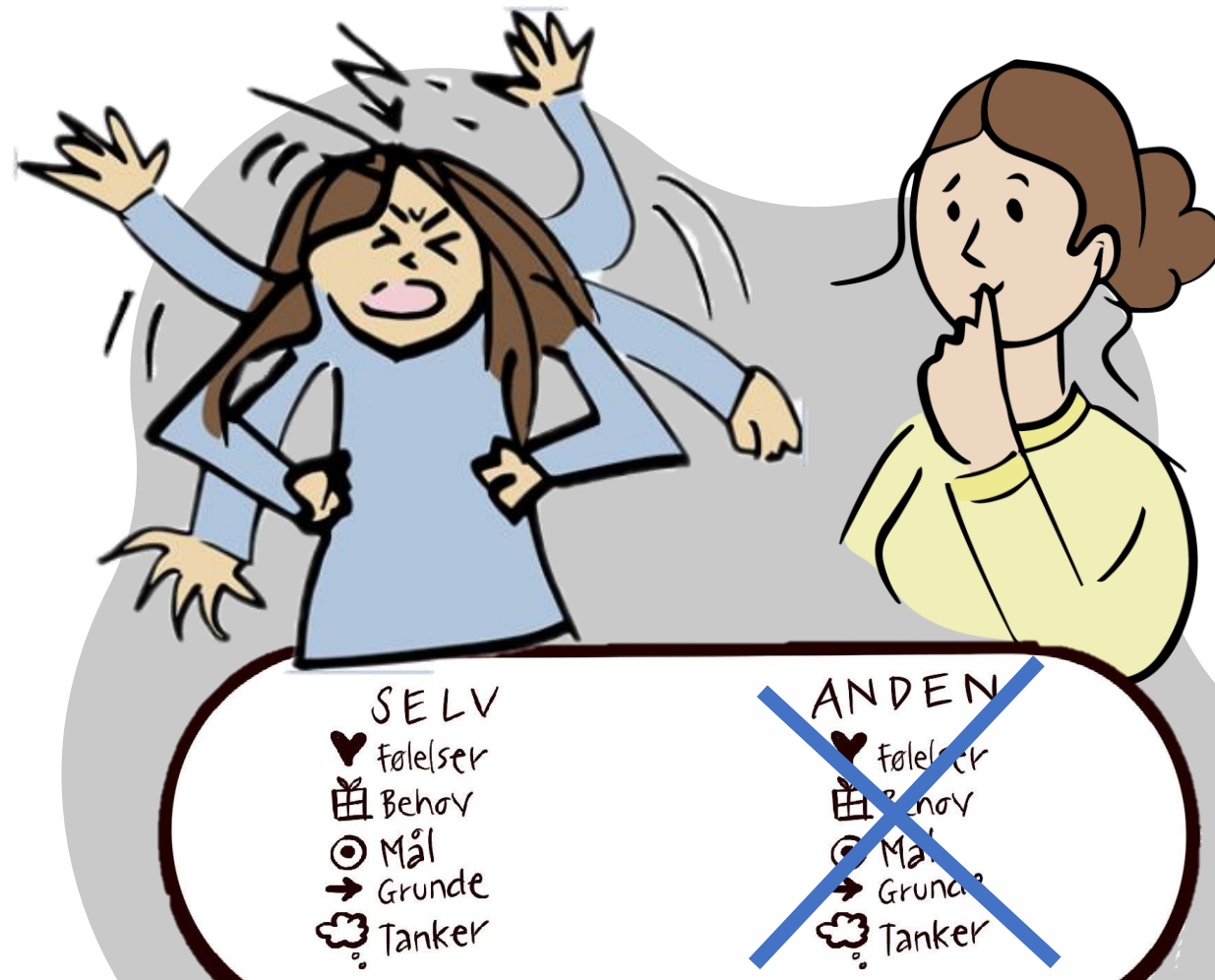
Mentaliseringsvigt smitter  
"Den onde cirkel"



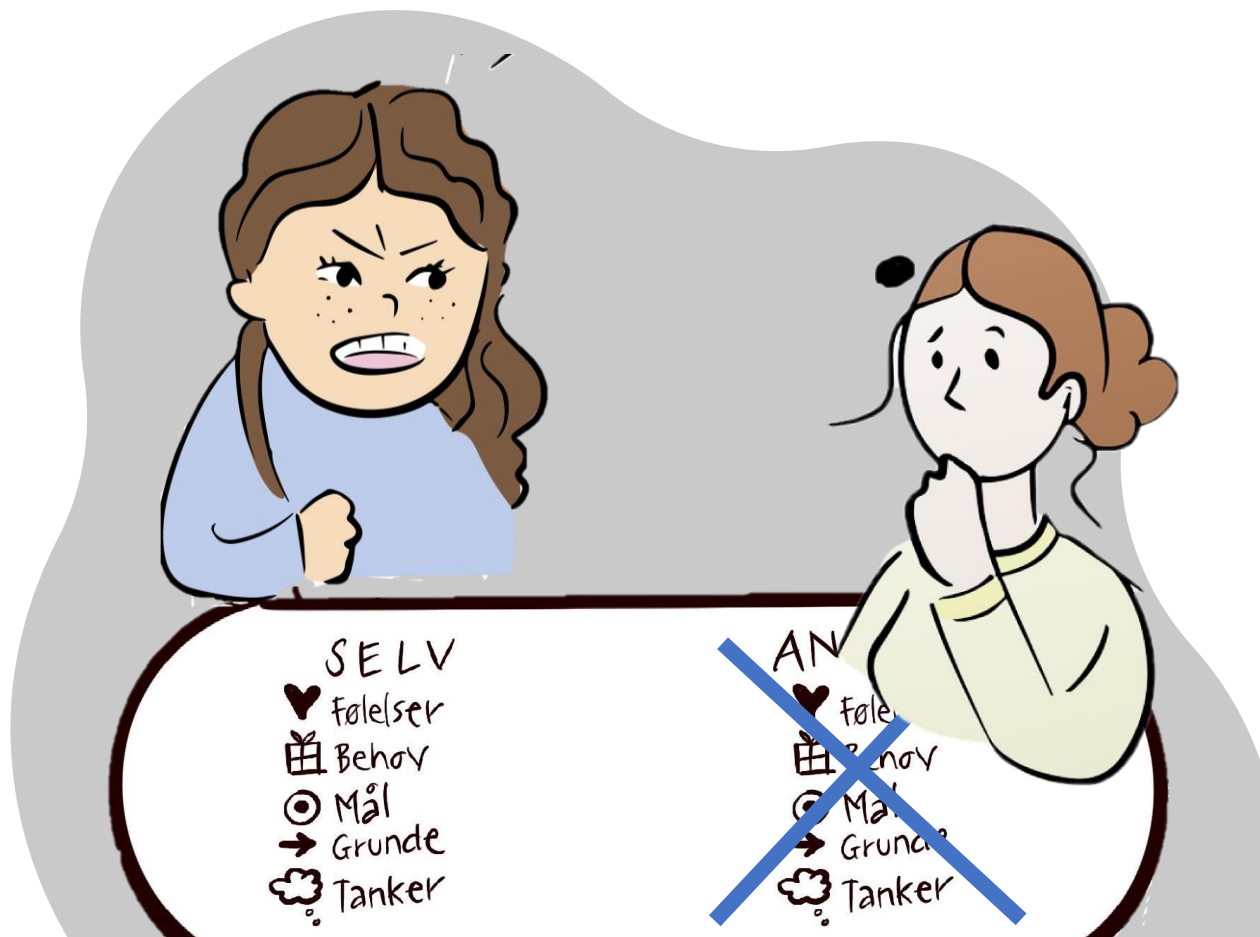
**Intense følelser**



**Tab af evnen til at  
mentaliserere**



Mangel på evnen til at forstå andre (og sig selv)



Laver antagelser om hvad andre tænker og føler



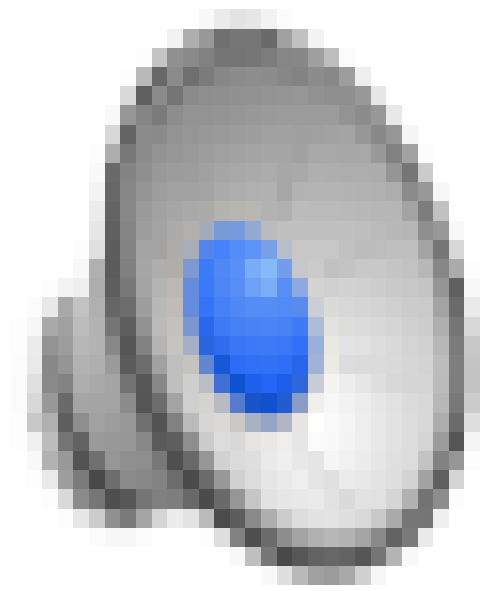


Handler baseret på disse  
antagelser

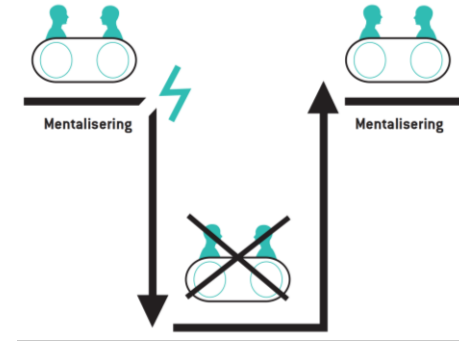
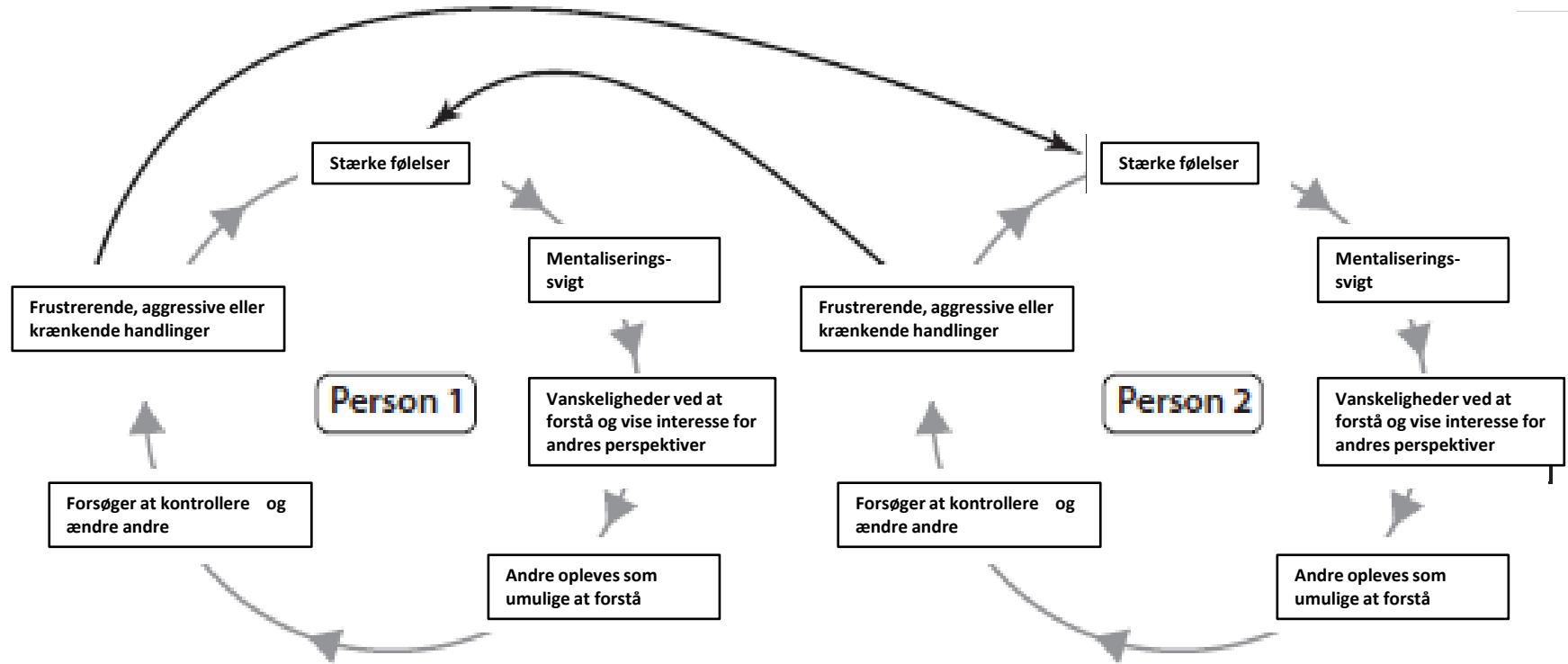


Adfærden får betydning for,  
hvad andre tænker og føler





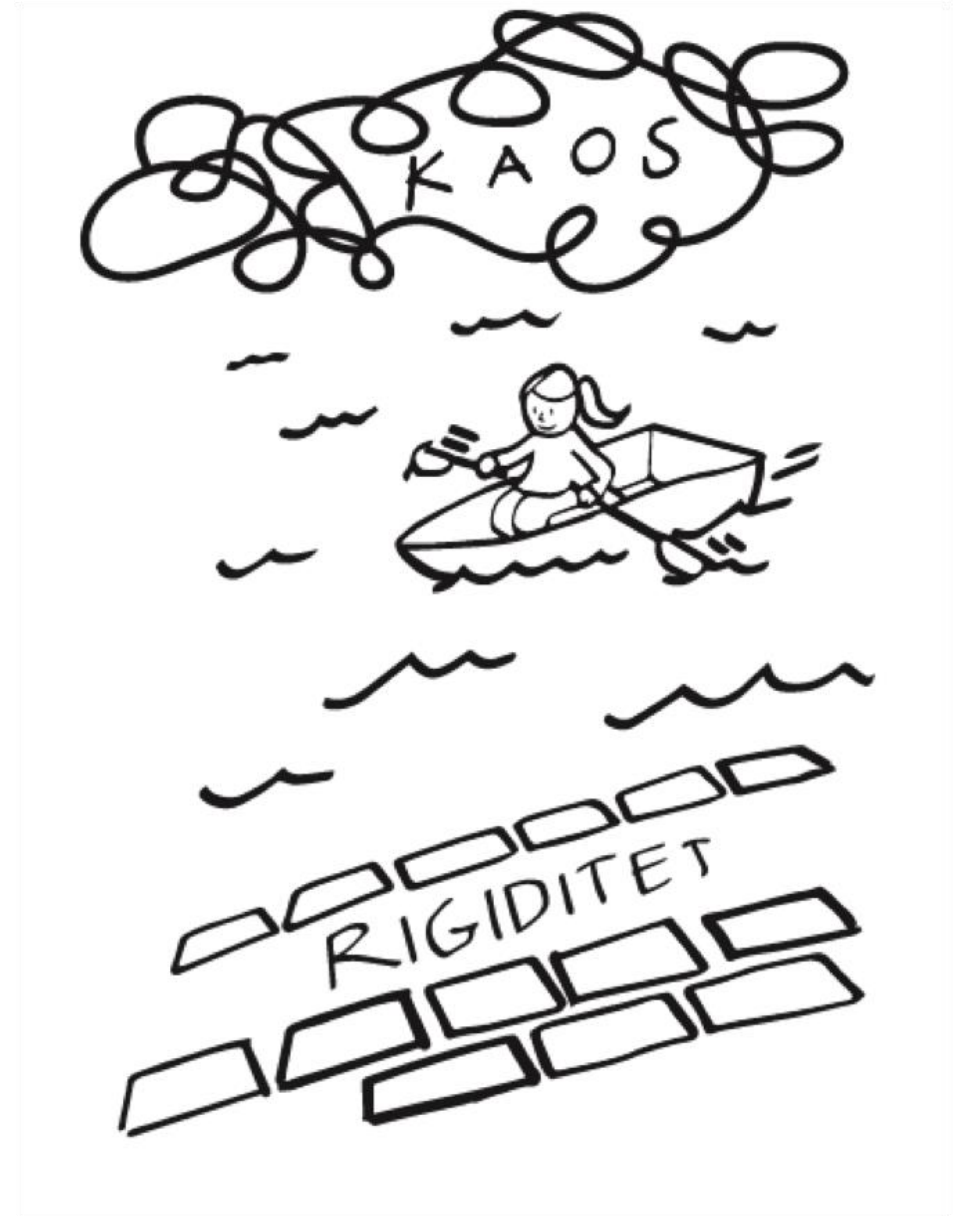
# Parallele processer



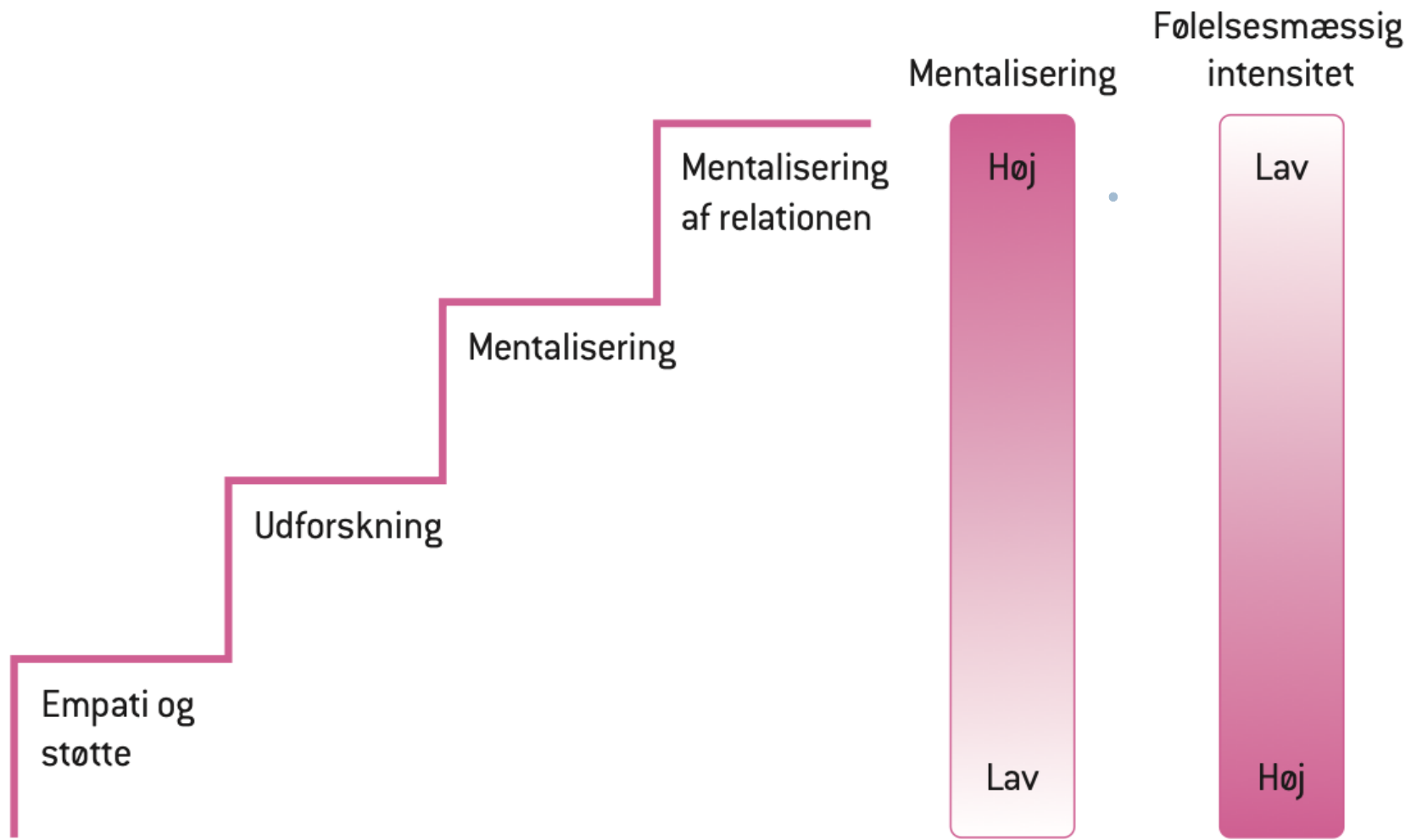
(Skårderud 2013)

- ”Når man arbejder med mennesker, der er tilbøjelige til at handle frem for at tænke og føle, er det fristende at forholde sig til dem på det niveau, de udtrykker sig på. Det betyder, at de professionelle i arbejdet med denne type er fristede til at reagere ved at handle i forhold til personens adfærd”

( Allen et. al 2010 )

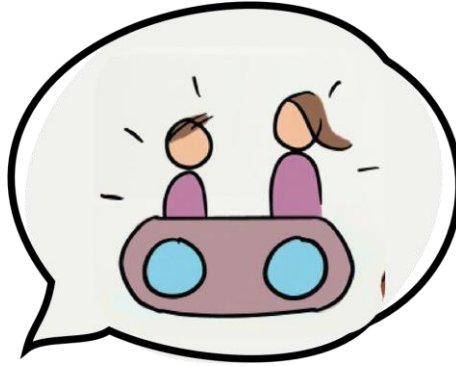


# Interventionstrappen





CENTER FOR MENTALISERING



# Tak for nu!

Find yderligere informationer,  
ressourcer og  
uddannelsesmuligheder her:



[www.centerformentalisering.dk](http://www.centerformentalisering.dk)



App: Mentaliseringsguiden



[www.facebook.com/centerformentalisering](http://www.facebook.com/centerformentalisering)



@centerformentalisering



[Youtube.com/centerformentalisering](http://Youtube.com/centerformentalisering)

## Udgivelser fra Center for Mentalisering

