

# Psykoedukation – fra webinar

---

- Hjælper barnet med at afklare/tydeliggøre uhensigtsmæssig information om traumet.
- Er hjælpsomt for barnet ift. at normalisere tanker og følelser som det må have i forbindelse med den traumatiske oplevelse(r)
- Psykoedukation til børn (og omsorgspersoner) bør inkludere relevant information seksuelle overgreb.
- Der gives information om "normale" emotionelle – og kognitive reaktioner.

Psykoedukation er en særlig vigtig komponent af behandlingen, da barnet kan have meget stærke negative følelser om traumet, hvilket kan gøre, at de ikke kan snakke om emnet uden at opleve angst og undgåelse.

- Hvis dette er tilfældet, kan det være hjælpsomt at gennemgå "stress management treatment components" førend fortsættelse af denne session.

Ved at tale i generelle termer om traumet gør det mindre angstprovokerende for barnet at indlede samtalen om det specifikke traume, som barnet har oplevet.

## Intro til behandlingen til omsorgsperson(erne):

- Det er vigtigt at forbinde barnets reaktioner til hændelsen → giver de pårørende et bedre indblik i, hvad barnet dealer.
- Det er vigtigt for at barnet kan bearbejde en traumatisk oplevelse, at barnet føler sig mødt og støttet af sine omsorgspersoner.
- Giv forældrene indsigt i, hvad barnet gennemgår og dealer med ift. traumet.
- Lære forældrene om coping strategier.

## **Short term process:**

- Denne metode er empirisk understøttet, hvilket betyder at barn og forældrene kan have tiltro til progression.
- 12-15 session

## **Hvis barnet ikke får bearbejdet traumet:**

- Søvnproblemer
- Gentagende mareridt
- Koncentrationsbesvær
- Hukommelsesbesvær
- Social isolation
- Mm.

## **Overview of Treatment:**

- Udvikle et fælles sprog for traumet (som er forståeligt for lægfolk)

- Behandlingen involverer måder hvorpå forældrene og barnet kan lære at cope med reaktioner og symptomer som knytter forbindelse til traumet.
- Kommunikere håb og optimisme for fremgang med behandlingen.

### **Baseline and Neutral Narratives:**

- For at se, hvad barnet er villig til at fortælle om traumet → få barnet til at fortælle om en ikke-traumatiserende oplevelse (neutralt el. positiv oplevelse)
- Opmærksomhed på barnets tanker, følelser og begivenheden, som barnet fortæller om.
  - Ros barnet for dets fortælling.
- Spørg indtil traumet:
  - Fx "ved du, hvorfor du er her i dag?"
  - "Din mor/far har fortalt mig, at du har oplevet noget voldsomt, kan du fortælle mig lidt om det?"
  - Dette er for at fastlægge barnets evne til at tale om hændelsen og ikke en "afhøring".

Der er ingen hjemmeopgaver til denne session.

- ➔ Det kan dog være hjælpsomt at udlevere noget materiale til forældrene for at understøtte den givne information fra sessionen.

### **Materiale:**

- "What Do You Know" card game.
  - Terapeut og barnet skiftes til at trække et kort, hvor der er et spørgsmål på, som relaterer sig til seksuelle overgreb.
  - Den som trækker kortet skal besvare spørgsmålet.