

Indsats:	Forventede virkninger – kort sigt:
<p><b>Fase 3:</b> In-vivo eksponering:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Barnet placeres gentagende og gradvist i nær kontakt med et frygtet objekt eller en frygtet aktivitet.</li> </ul> <p><b>Fællestimer:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Barn og omsorgsperson hjælpes til at opnå en åben kommunikation.</li> </ul> <p>Fremme sikkerhed og videre udvikling:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Fokus på barnets følelse af sikkerhed i fremtiden ved at fremme følelsen af "self-efficacy"</li> </ul>	<p><b>Fase 3:</b> In-vivo eksponering:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Barnet hjælpes til at mestre det, barnet frygter.</li> <li>Barnet er i stand til at fungerer hensigtsmæssigt sammen med mennesker, på steder og ift. ting og aktiviteter, som kan minde om den traumatiske hændelser.</li> </ul> <p><b>Fællestimer:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Kommunikationen mellem omsorgsperson og barn bliver bedre.</li> <li>Barnet oplever, at det kan snakke med omsorgspersonen om den traumatiske hændelse.</li> <li>Omsorgspersonen kan respondere hensigtsmæssigt, når barnet vil diskutere ondskab eller vanskelige temaer.</li> </ul> <p>Fremme sikkerhed og videre udvikling:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Barnet og evt. omsorgsperson kan identificere mulige farer i fremtiden.</li> <li>Barnet får hjælp til at tilegne sig nødvendige færdigheder for at fremme sikkerhed.</li> <li>Ved behov udvikles der en sikkerhedsplan.</li> </ul>

**Stikord og noter til Fælles forældre-barn timer:**

Hvor mange session forventes her?

---

**Opfølgning af hjemmearbejde:**

- Hvordan er det gået?
    - hvad var let og udfordrende?
  - Evt. tjek TF-CBT arbejdsbogen sammen med
    - Det kan være motiverende for barnet.
-

### **Fra manual:**

TF-CBT-forløbet indeholder fælles timer, hvor barnet og omsorgspersonen er sammen hos terapeuten for at:

- få information
  - øve færdigheder
  - dele barnets traumenarrativ
  - lære at snakke åbent sammen
- 
- **Målet** med fællestimerne er at give barnet og omsorgspersonen mulighed for at øve færdigheder, der styrker forældre-barn relationen, samtidig med at det hjælper barnet med gradvist at blive tryk ved at tale direkte med omsorgspersonen og traumeerfaringerne og andre emner, som barnet eller omsorgspersonen ønsker at tale om.
    - Fællestimer bør struktureres nøje, og omsorgspersonen bør være godt forberedt, for at fællestimerne bliver trygge, positive og produktive. Fællestimer bør ikke gennemføres, før omsorgspersonen har tilstrækkelig følelsesmæssig kontrol til at kunne fungere som god rollemodel for barnet.