

MAJA NØRGÅRD JACOBSEN

# MENTALISERING I DAGTILBUD OG SKOLE

RELATIONSPROFESSIONSERIEN



## Kapitel 7

# 5.-6. klassesetrin – erfaringer fra et pilotprojekt

Ved Natascha Blak Fyrst Christensen, Rasmus Schøler og Maja Nørgård Jacobsen

Som et pilotprojekt påbegyndte vi indføring af den mentaliserende tilgang i en 5.-klasse med en formodning om, at når læreren møder børnene med en mentaliserende indstilling, kan det medvirke til, at børnene får mere overskud og lyst til læring (Twemlow et al., 2005b). Projektet rettede sig mod klasselæreren (nu kontaktlæreren), som intet kendskab havde til den mentaliserende tilgang, før vi påbegyndte samarbejdet.

I dette kapitel præsenteres først mentaliseringsdetektiven, som er et værktøj, der anvendes på 5.-6. klassesetrin og højere. Mentaliseringsdetektiven kan også anvendes på lavere klassesetrin, hvis læreren/pædagogen finder det relevant. De resterende afsnit i kapitlet omhandler pilotprojektet. Det beskrives, hvordan tilgangen blev indført, forskelle mellem lærerstil før og efter projektet samt nogle af de udfordringer og succesoplevelser, projektet bibragte. Udvalgte hverdagepisoder illustrerer, hvordan principper og værktøjer i den mentaliserende tilgang blev omsat i den konkrete lærers hverdag. Afslutningsvis inddrages lærerens betragtninger og refleksioner over anvendelse af tilgangen. Dele af kapitlet er skrevet i ”jeg-form” ud fra lærerens perspektiv.

### **Mentaliseringsdetektiven**

Mentaliseringsdetektiven er et værktøj, den professionelle kan bruge sammen med barnet til ligesom en detektiv at udforske og undersøge mentale tilstande som f.eks. tanker, følelser, intentioner, behov og fornemmelser i kroppen og i hovedet. Mentaliseringsdetektiven kan blandt andet bruges efter en konflikt mellem børnene, ved ubehag i kroppen, udadreagerende adfærd eller generelt, hvis den professionelle er i tvivl om, hvad barnet føler eller tænker om en given episode.

## *Hvordan gør man?*

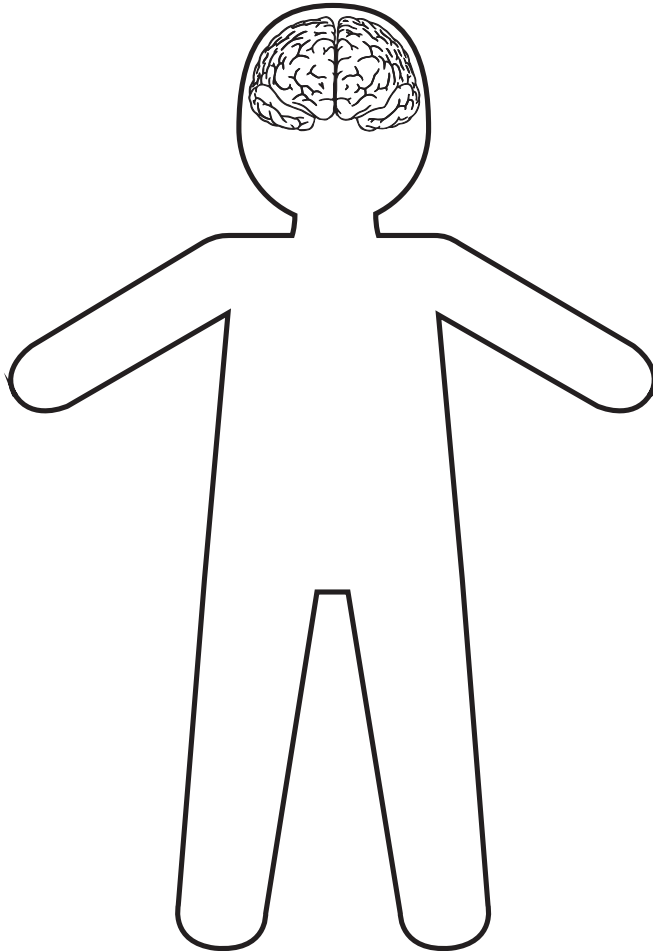
Mentaliseringsdetektiven bruges sammen med barnet ved at skrive og/eller tegne, hvor følelsen eller fornemmelsen i kroppen sidder, og hvilke mentale tilstande der er i hovedet (hjernen) (se figur 7.1). På den måde kan barnet sammen med den professionelle udforske og lede efter – ligesom en detektiv – hvilke følelser, fornemmelser og tanker barnet oplever nu eller oplevede tidligere i en given situation. Du kan også tage udgangspunkt i de fire følelser fra følelsetermometeret (sur, glad, ked af det og bange) (jævnfør kapitel 5). F.eks.: ”Kender du følelsen glad? Hvordan kan du mærke i kroppen, at du er glad? Kan du tegne/skrive det her? Hvad sker der i din hjerne, når du er glad?” osv. Mentaliseringsdetektiven kan derudover bruges til at hjælpe barnet med at tage en andens perspektiv, f.eks. ved sammen med barnet at udforske, hvad der mon foregår i en anden person.

Ligesom ved brug af andre værktøjer er det vigtigt, at du som professionel har en mentaliserende indstilling ved at spørge nysgerrigt ind til de mentale tilstande, samt at du tilpasser det, du siger og gør, til barnets følelsesmæssige intensitet (jævnfør mentaliseringstrappen i kapitel 2). Når du direkte spørger et barn til dets mentale tilstande, bør du være opmærksom på, at barnets mentale tilstand kan ændre sig (Twemlow et al., 2005b). At blive spurgt direkte til, hvordan man har det, hvad man tænker med videre, kan være ubehageligt og få barnets følelsesmæssige intensitet til at stige så meget, at barnet får mentaliseringssvigt og kommer til at fungere i f.eks. forestillingsmodus (se kapitel 3 for en definition af forestillingsmodus). Barnet kan også blive vredt og f.eks. svare: ”Det rager ikke dig!” og lignende. En sådan reaktion er også tegn på intense følelser og mangelfuld mentalisering. Vær opmærksom på, hvordan barnet reagerer på dine spørgsmål, og undgå at tvinge barnet til at give et svar. En mentaliserende indstilling kan også være at gætte på, hvordan barnet har det.



## MENTALISERINGSDETEKTIVEN

- At undersøge og udforske følelser, tanker, fornemmelser i kroppen og andet du mærker indeni.



*Figur 7.1. Mentaliseringsdetektiven (Jacobsen og Guul, 2015, s. 124).*

### *Karla har mavekrampe i idrætstimen*

Læreren Thomas har gentagne gange oplevet, at Karla på 11 år ikke har lyst til at deltage i idrætsaktiviteter. Hun klæder om, men sætter sig altid i et hjørne, inden de går i gang, og hun sidder som oftest der resten af tiden. Thomas har forsøgt at tale med Karla om det, men uden held. Thomas frygter, at Karla går glip af vigtig social kontakt til de andre ved at sidde udenfor. Samtidig er han den eneste lærer til stede, så han kan ikke både sidde sammen med Karla og undervise de resterende elever i idrætstimen. Thomas beslutter sig for at tale med Karla ud fra mentaliseringsdetektiven dagen efter:

”Karla, jeg har lagt mærke til, at du sjældent er med til idrætsaktiviteterne, men sidder og kigger på, hvordan kan det være?” Karla svarer, at hun ikke ved det. Thomas prøver at spørge på en mere snæver og konkret måde: ”Kan du fortælle mig, om der sker noget inde i din krop, når vi skal have idræt?” Karla tænker lidt, peger på maven på papiret og fortæller, at hun får ondt inde i maven, og det er, som om kroppen ryster en smule. Karla tegner nogle bølgede streger ud fra kroppen på tegningen. Thomas svarer: ”Okay” og spørger: ”Jeg ved det ikke, men kunne det mon være, fordi du er nervøs for, om du er god til at lave idræt? Jeg har selv prøvet, at jeg ikke syntes, jeg var god til det”. Karla kigger forundret på Thomas og siger: ”Nej, det er fordi, jeg får så ondt lige her, hver gang vi skal have idræt”, imens hun peger lige under maven på tegningen. De taler videre, og det viser sig, at Karla engang har fået voldsomme mavekrampe, da de spillede håndbold i begyndelsen af skoleåret. Karla talte ikke med nogen om det hverken på dagen eller efterfølgende. Hun er bange for, at det samme sker igen.

I eksemplet får læreren Thomas afkræftet sine første antagelser omkring årsagen til Karlas adfærd. Ofte kommer vi til at tillægge andre mennesker en række intentioner, der ikke altid er korrekte (læs mere herom i kapitel 9). Eksemplet viser, at Karla ved hjælp af mentaliseringsdetektiven kunne formidle, hvad der skete i hendes krop. Det hjalp læreren til at forstå hendes adfærd, og han kunne med afsæt heri hjælpe hende. Det visuelle forlæg, som mentaliseringsdetektiven giver, kan gøre det nemmere for barnet at beskrive, hvad der sker inde i det. Læreren i vores pilotprojekt brugte også mentaliseringsdetektiven, hvilket blandt andet beskrives i resten af kapitlet, som omhandler erfaringer fra pilotprojektet.