

Kropslig og sproglig affektregulering - gryende mentalisering

KROPPENS SELVFØLGE

DESCARTES FEJLTAGELSE

Ledende fysioterapeut Lone Katballe og overlæge Aksel Grosen, 2018

Refleksiv funktionsskala (RF)

Tilpasset efter Fonagy, Steele & Target 1999

- Moderat til høj RF:
- 9 Fuldstændig eller Exceptionel
- 7 Markeret
- 5 Tydelig eller ordinær
- **Begrænset til negativ RF**
- 3 Tvivlsom eller lav
- 1 Fraværende men ikke forkastet
- -1 Negativ

Ledende fysioterapeut Lone Katballe og overlæge Aksel Grosen, 2018

PSYKIATRISK FYSIOTERAPI MED AFSÆT I MENTALISERINGSBASERET TERAPI – KROPSTERAPEUTISK INTERVENTION

Lone Katballe og Aksel Grosen

Ledende fysioterapeut Lone Katballe og overlæge Aksel Grosen, 2018

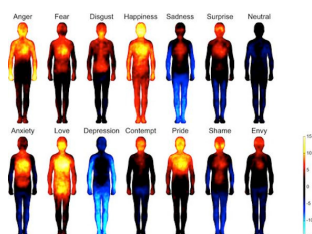
Psykiatrisk fysioterapi med afsæt i mentaliseringsbaseret terapi – kropsterapeutisk intervention

1. Niveau: Kropsemotioner - Richard Lane

- Emotioner kommer til udtryk gennem kropslige symptomer - kroppen bliver affektregulator
- Følelsesmæssige belastninger mærkes kun som kropslige fornemmelser
- Emotionel kommunikation med omverdenen sker nonverbalt og automatisk via kropslige udtryk
- Ingen forståelse eller interesse for andres oplevelse

4

Ledende fysioterapeut Lone Katballe og overlæge Aksel Grosen, 2018



Deltagerne blev bedt om at farvelægge kroppen i forbindelse med aktivering af forskellige følelsesmæssige tilstande. De varme farver indikerede, hvor de mærkede, at kroppen blev ekstra aktiveret og de kolige farver, hvor kroppen blev deaktiveret.

"Mapping emotions in the body yields consistent global results", Publiceret 2014 i tidsskriftet Proceedings of The National Academy of Sciences.

5

Ledende fysioterapeut Lone Katballe og overlæge Aksel Grosen, 2018

Kropsudtryk knyttet til kropsemotioner

- Tristhed: klump i halsen, træt
- Vrede: ansændthed
- Afsky: kvalme, opkastninger
- Frygt: hjertebanken, uro
- Glæde: ro, lethed og veltilpas

6

Ledende fysioterapeut Lone Katballe og overlæge Aksel Grosen, 2018

Når følelser kommer til udtryk via kroppen



Ledende fysioterapeut Lone Katballe og overlæge Aksel Grosen, 2018

7

2. Niveau: Handleemotioner

- Emotioner kommer til udtryk gennem handlinger – Andre personer eller handlingerne i sig selv bliver affektregulator
- Der stræbes ubevidst efter at maximere velbehag og minimere ubehag
- Emotionel kommunikation med omverdenen sker automatisk og non-verbalt
- Minimal bevidsthed om andres oplevelser

8

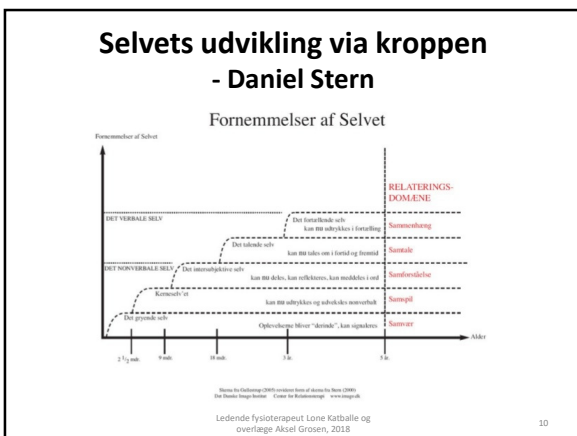
Ledende fysioterapeut Lone Katballe og overlæge Aksel Grosen, 2018

Handletendenser knyttet til handleemotioner

- Tristhed: gå ind i sig selv
- Vrede: slå, sparke, angribe
- Afsky: undgå og vende sig væk
- Frygt: løbe væk, stikke af
- Glæde: gøre det samme igen og igen
- Overraskelse: lammelse, efterfulgt af panik

9

Ledende fysioterapeut Lone Katballe og overlæge Aksel Grosen, 2018



Kompsanalysen sætter retning på den fysioterapeutiske intervention

- ny artikel der udgives i fagbladet for Danske
Fysioterapeuter

På psykiatrisk afdeling på Middelfart Sygehus har man gode erfaringer med at benytte affektregulerende fysioterapi med afsæt i mentaliseringsbaseret terapi til patienter med enten lavt eller højt arousalniveau. Artiklen beskriver, hvordan man med udgangspunkt i en neuroaffektiv kompsanalyse kan hjælpe patienten med at regulere sine affekter.

Ledende fysioterapeut Lone Katballe og overlæge Aksel Grosen, 2018

11

Kropslig og sproglig affektregulering

- Vi har til hensigt at klarlægge, hvordan den psykiske lidelse manifesterer sig med kropslige og adfærdsmæssige symptomer. At tydeliggøre hvordan kroppen fungerer som affektregulator - både ift. hypo- og hyperarousal.
- Behandlingen har fokus på, hvordan den kropslige intervention kan være med til at skabe ændringer i sind og adfærd, såsom at regulere og rumme konfliktfylde og ubehagelige sanser, følelser og tanker hos patienter, som har en svækket eller manglende mentaliseringssevne.

Ledende fysioterapeut Lone Katballe og overlæge Aksel Grosen, 2018

12

Undervisning af personale i kropslig og sproglig affektregulering

- Undervist personale på afdelingerne - også de retspsykiatriske.
- For at minimere tvang i psykiatrien
- Sprogligt ved kriseplaner.
- Kropsligt i det følgende

Ledende fysioterapeut Lone Katballe og overlæge Aksel Grosen, 2018

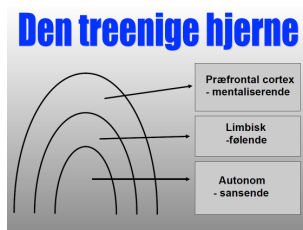
13

Kriseplan

- Hvad kan du (pt.) gøre for at forhindre, at du kommer op i **det røde felt i dag? (Situation)**
- Hvad mener du (pt.) at jeg/vi skal være opmærksom på, for at du ikke kommer op i **det røde felt? (Konkrete situationer)**
- Drøftelse af: Både med pt. og efterfølgende med teamet om, hvilken hjælp der tidligere har været nyttig. Både før og når patienten har været på vej op i **det røde felt. (Situation)**

Affektregulerende fysioterapi

- Affektregulering er forstadiet til mentalisering



Ledende fysioterapeut Lone Katballe og overlæge Aksel Grosen, 2018

15

Forskellige behandlingstilgange

Top-down & bottom-up processer



Top-down

Bottom-up

Samtalerapi <->
fysioterapi


Mindfulness <->
Bodyfulness

Kropsbevidsthed
<->
kropssansning

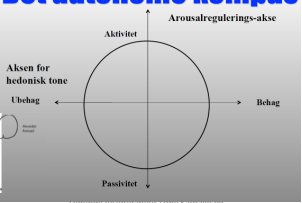
16 Ledende fysioterapeut Lone Katballe og overlæge Aksel Grosen, 2018

Arousalregulering

Sansning



Det autonome kompas



17 Ledende fysioterapeut Lone Katballe og overlæge Aksel Grosen, 2018

Lyst og ulyst

Relationsøvelser



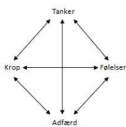
Det limbiske kompas



18 Ledende fysioterapeut Lone Katballe og overlæge Aksel Grosen, 2018

Bygge bro mellem sansninger og følelser
- og bevidstheden om deres relation til
hverdagen og livshistorien

Det præfrontale kompas



Arbejde med at kunne være i sansninger og følelser uden at være nødsaget til at handle på dem

Ledende fysioterapeut Lone Katballe og overlæge Aksel Grosen, 2018

19

Hvornår henvises til fysioterapi?

- Begrænsende og invaliderende kropssymptomer (fx uro, anspændthed, trykken for brystet, smerter, miste kontakten til sig selv)
- U hensigtsmæssig adfærd i hverdagen (fx overaktivitet, inaktivitet, selvdestruktivitet)
- Manglende mentaliseringssevne – nedsat evne til at sætte ord på i samtalerapien

Ledende fysioterapeut Lone Katballe og overlæge Aksel Grosen, 2018

20

Hvad får vi ud af at koble samtalerapi og fysioterapi?

- Patienterne kan begynde at mærke deres krop (nuancer, detaljer) og sætte ord på det
- Senere deres behov og begrænsninger (fx. sult og tissetrang, socialt, aktivitetsniveau i hverdagen)
- Give udtryk for deres ulyst og lyst og handle hensigtsmæssigt
- Mærke følelser, såsom glæde, tristhed og irritation.
- Opbygge forståelse for sammenhæng ml fysiske og følelsesmæssige reaktioner
- Skabe mulighed for mentalisering ved at berolige nervesystemet – dæmpe angstniveauet
- Kunne affektregulere sig selv via kropslige metoder

Ledende fysioterapeut Lone Katballe og overlæge Aksel Grosen, 2018

21

Hvordan kan den kropslige affektregulering inddrages i samtaleterapi?

- Arousalniveauet i samtalen (ligge, sidde, stå, gå, grin, rolig tale, faciliterende tale)
- Sansning (hård stol, sækkestol, liggende på madras, tungt tæppe til at have over sig eller vikle sig ind i, ballstick i hænderne eller under fødderne, siddende på balancepude eller stor bold)
- Lyst/ulyst (lade pt vælge hvordan terapien skal foregå ud fra ovenstående, søge hen mod det man kan se gør dem mest trygge og veiltipasse)
- Relationen (tæt, langt fra, front mod hinanden eller siden til, øjenkontakt eller fælles fokus ud af vinduet, en omsorgsfuld hånd på eller ej)

Ledende fysioterapeut Lone Katballe og overlæge Aksel Grosen, 2018

22

Litteratur

- Richard Lane: Levels of Emotionals awareness: a cognitive-developmental theory and its application to psychopathology
- Susan Hart: Den neuroaffektive billedbog, Den følsomme hjerne, De neuroaffektive kompasser
- Daniel Stern: Barnets interpersonelle univers
- Katballe og Grosen: Psykiatrisk fysioterapi med afsæt i mentaliseringsbaseret terapi
- Katballe og Grosen: Kompasanalysen sætter retning på den fysioterapeutiske intervention

Ledende fysioterapeut Lone Katballe og overlæge Aksel Grosen, 2018

23
