



Kerneopgaven

Metodekataloget beskriver de socialfaglige tilgange, der tilsammen danner grundlag for en kompetent og faglig løsning af vores kerneopgave.

Tilgangene bygger på Social- og Sundheds kerneopgave "Sundhed, mestring og fællesskab", hvor fokus er at underbygge borgerens sundhed, evne til at mestre eget liv og ønske om at deltage i fællesskaber.

Hos Pædagogisk Vejledning arbejder vi ud fra et recovery-orienteret perspektiv hvor udgangspunktet er borgerens egen proces i forhold til at komme sig.

Med den rehabiliterende tilgang tager vi afsæt i borgerens egne ressourcer og grundlæggende værdier, pårørende/netværk og samarbejdet med myndigheden samt andre professionelle aktører. Vi mener ikke, at én anvendt tilgang eller metode kan imødekomme alle borgernes udfordringer og

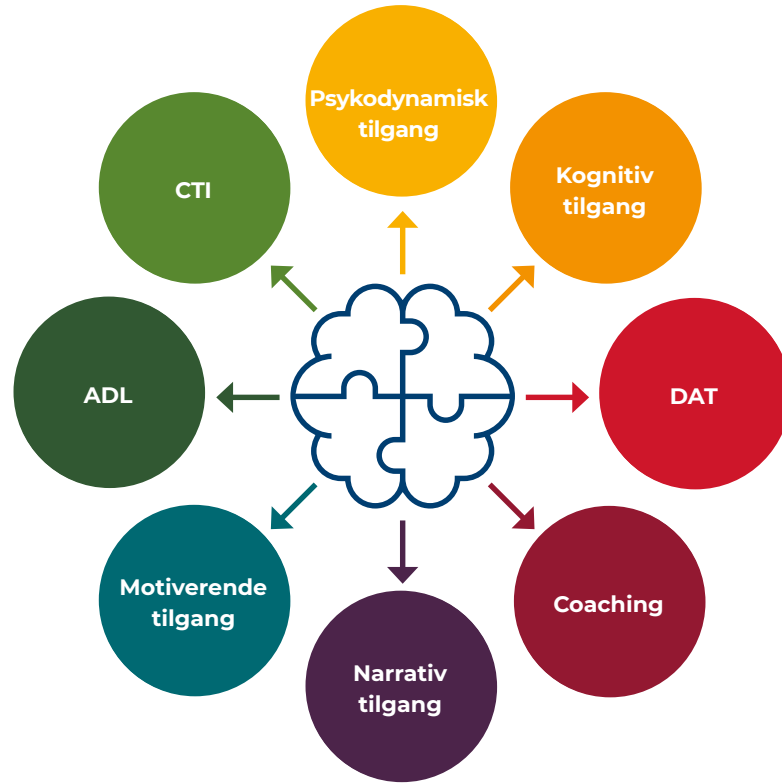
problematikker, vi prøver derfor at imødekomme borgeren fra en bred palette af synsvinkler og metoder.

Vi arbejder bl.a. ud fra følgende socialfaglige tilgange:

- Psykodynamisk tilgang
- Kognitiv tilgang
- Systemisk tilgang
- Narrativ tilgang
- Motiverende tilgang

Til enhver tilgang knytter sig forskellige metoder og redskaber, som vi vil beskrive nærmere på de følgende sider.

Metoder og redskaber



Den psykodynamiske tilgang – Anerkendende kommunikation

”Betydningen af de mellemmenneskelige relationer er nøgle til kontakt og anerkendelse, samt kilde til inspiration og udvikling”.

Metoden indebærer forståelse for hvilke indre processer, der ligger bag en given adfærd samt vigtigheden af at forstå sig selv i relation til mennesker, som har en forstyrrelse i personligheden.

Herunder en grundlæggende viden om personlighedsstrukturer samt forsvarsmekanismer, behov/behovstilfredsstillelse, kommunikation og dialog. Endelig er gruppeprocesser og samarbejde, aktiv lytning samt containment og afgiftning også en del af metoden.

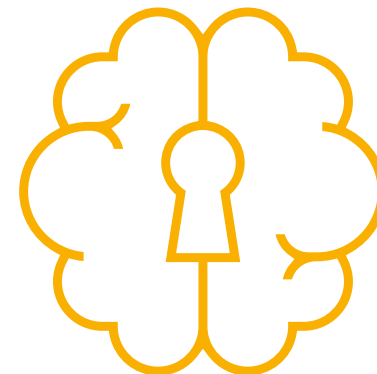
Metoden tager udgangspunkt i *objektrelationsteorien, hvor kendskab til og*

forståelse for - den tidlige udviklingspsykologi og de dertil hørende forsvarsmekanismer, har afgørende betydning for dynamikken i kontakten med mennesker med psykiske lidelser i bred forstand.

Objektrelationsteorien giver mulighed for at forstå og anvende den *projektive kommunikation*.

Teorien giver os endvidere mulighed for og redskaber til, at vedligeholde og forbedre kontaktevnen til borgeren.

Metodetilgangen kan hjælpe borgeren til at forstå og styrke eget selvbillede og selvopfattelse.



Den kognitive tilgang

I den kognitive tilgang er der fokus på sammenhænge og forbindelser mellem tanker, følelser, adfærd og kropsfornemmelser.

Den kognitive tilgang er en metode, der tager udgangspunkt i tænkningen og evnen til at erkende.

Et grundlæggende princip inden for den kognitive metode er at søge at forandre tænkningen, så den bliver mindre begrænsende, selvundertrykkende, angstfremkaldende og i stedet mere selvunderstøttende, nuanceret og handlingsanvisende.

Inden for den kognitive tilgang arbejdes med:

Eksponering

En metode hvor der arbejdes med at minimere f.eks. angst hos borgeren i specifikke situationer. Eksponering er én ud af mange teknikker, hvori borgeren støttes i at overvinde og slippe sin angst. Teknikken går ud på gradvist at nærme sig en situation, der vækker angst i små bidder af gangen, så borgeren gradvist vænner sig til at blive i situationen.

Social færdighedstræning

En pædagogisk tilgang til at udvikle og fastholde sociale færdigheder. Borgeren støttes i at opnå en forståelse for sociale sammenhænge og hensigtsmæssig ageren.

DAT (Dialektisk Adfærdsterapi)

DAT er en metode til forandring af uhensigtsmæssig følelsesregulering.

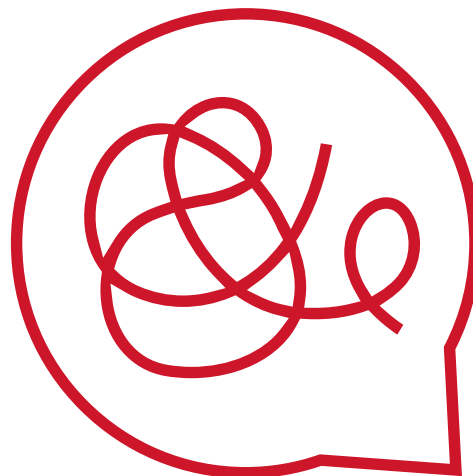
DAT beskæftiger sig med at støtte borgerens evne til at forstå kompleksitet, acceptere nuet og at der findes flere perspektiver.

DAT har til formål at støtte borgeren i at regulere voldsomme følelser og reducere uhensigtsmæssig adfærd.

DAT er målrettet borderline personlighedsforstyrrelse, herunder selvskadende adfærd og selvmordsimpulser, men efterfølgende tilpasset andre målgrupper med impulsforstyrrelser bl.a. spiseforstyrrelse og misbrug.

Videre arbejdes der med færdighedstræning i at kunne forstå og håndtere stærke følelser. For at

kunne opnå en stabilitet i livet, og for at kunne leve mere i balance med sig selv og i relation til andre.



Coaching

Tager afsæt i den systemiske og den kognitive teori samt i den nyeste hjerneforskning om, hvorfor og hvordan kommunikation virker i praksis.

Metoden tager udgangspunkt i aktiv lytning, grundig afdækning af udfordringen, motiverer og støtter borgeren i at definere et mål. Fokus er på nuet og fremtiden fremfor hvad der er sket i fortiden.

Coaching tager afsæt i at støtte borgeren i at sætte realistiske delmål med udgangspunkt i SMART-modellen. Metoden anvendes enten i sin fulde form eller med del-elementer, hvor der er fokus på spørgeteknikker og spejling af kropsadfærd som kan bidrage til at støtte borgeren i at få nye oplevelser af sig selv eller finde konkrete og målrettede løsninger.

Herigennem at give borgeren en bevidsthed omkring egen ageren, at anskue udfordringerne fra en anden vinkel og tage ansvar for at opnå udvikling.



Den narrative tilgang

Den systemiske og narrative samtale.

Tager afsæt i den systemiske og narrative tilgang, som kan anvendes som direkte metode i den rehabiliterende tilgang til borgeren. Grundtanken er, at det enkelte menneske er ekspert i eget liv, og hensigten er at kvalificere borgeren til at tage mest muligt vare på eget liv, gennem opdagelse og realisering af borgerens ressourcer og potentiale for udvikling og vækst.

Der arbejdes med inddragelse af pårørende og andre vigtige aktører i borgerens liv, som en del af løsningen i borgerens rehabiliteringsproces. Hertil benyttes netværkssamtalen som et dialogisk værktøj til at inkludere, anerkende og aktivere alle aktørers stemmer, perspektiver, erfaringer og ressourcer.



Den motiverende tilgang

Det Motiverende Interview (også kaldet Motivationssamtalen) er en evidensbaseret samtaleteknik, der har til formål at hjælpe borgeren til at blive afklaret omkring sine værdier og livsstil, samt forsøge at skabe indre motivation samt øge parathed til forandring over for en bestemt u hensigtsmæssig adfærd.

Det Motiverende Interview arbejder bevidst med et fokus på løsninger og tager udgangspunkt i borgerens positive forestillinger om en løsning. Samtalen orienteres omkring borgerens

ressourcer og succeser, og holder fokus på hvad borgeren tidligere er lykkedes med. Dermed får borgeren synliggjort sine styrker og kompetencer, og styrkes i troen på egne evner.

I metodens teknikker anvender medarbejderen følgende:

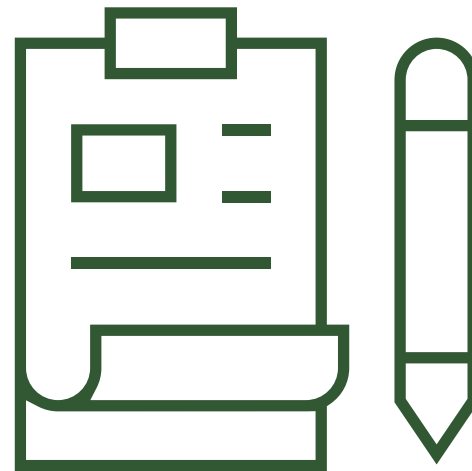
- Bruger åbne spørgsmål
- Kommer med reflekterende udsagn
- Fremhæver borgerens autonomi
- Fremhæver borgerens styrker og fremskridt
- Er optimistisk over for borgerens evne til at udføre forandring
- Medarbejderen kommer ikke med gode råd uden at spørge om lov samt uden at være konfronterende

ADL (Activities of daily living)

Indsatsen handler om at lære at klare praktiske daglige gøremål, som en integreret del af den pædagogiske indsats.

ADL er forkortelse for Almindelig Daglig Livsførelse. Begrebet dækker over aktiviteter, som bruges i hverdagen. Lige fra at vaske tøj til at varetage sin økonomi. Formålet med at træne ADL er at øge den enkeltes selvstændighed og give mulighed for at deltage i hverdagslivet på lige fod med andre mennesker. I forbindelse med ADL-træning kan en bestemt aktivitet derfor både ses som et mål i sig selv og et middel til at fungere i hverdagslivet.

ADL træning kan eksempelvis foregå ved hjælp af guidning i forhold til udførelse af daglige opgaver, ved brug af skema/ugeskema m.m.



CTI (Critical Time Intervention)

CTI-metoden er en intensiv, tidsafgrænset og fokuseret indsats, som gennemføres af en uddannet CTI-medarbejder.

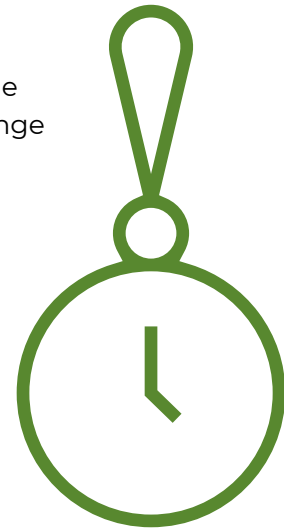
Indsatsen er opdelt i tre faser, der i udgangspunktet strækker sig over en samlet periode på ni måneder. Intensiteten er stor i begyndelsen af forløbet, for så at aftage i takt med at opgaver og ansvar overdrages til borger og netværk.

Første fase består i at opbygge et fundament for borgeren, anden fase afprøves indsatser og inddragelse af netværk og fase 3 overdrages støtten til eventuelle andre tilbud eller udfases til støttenetværk.

Borgeren er den centrale aktør og vidensperson, og CTI-medarbejderen understøtter borgerens fokus på egne ressourcer, håb og ønsker. Der vil være et målrettet fokus på særlige områder, der er tilpasset den enkelte borger.

Ved hjemløse borgere tages der udgangspunkt i Housing first, der bygger på et etablere borgeren i eget hjem for derefter at modtage bostøtte.

I CTI-forløbet udvælges, der af de øvrige metoder beskrevet, tilgange der matcher borgerens forløb.



Andre metoder

der benyttes ved Pædagogisk Vejledning

Nada øreakupunktur

Nada-metoden er et recovery program, der består af 5 øreakupunktur punkter som støttende behandling sammen med f.eks. psykoterapi eller anden form for personlig udviklingsarbejde.

Nada-metoden støtter borgeren med at fokusere og øger den indre ro.

De fleste oplever en umiddelbar symptomlindring og behandlingen er styrkende og balancerende.

Nedenstående symptomer kan afhjælpes med Nada:

- Angst
- Søvnforstyrrelser
- Tankemylder
- Manglende koncentration
- Hukommelse
- Krise og sorg
- Depressions og lignende tilstande

Behandlingen gives som udgangspunkt 2 x ugentlig af uddannet personale og varighed af 45 minutter hver gang.



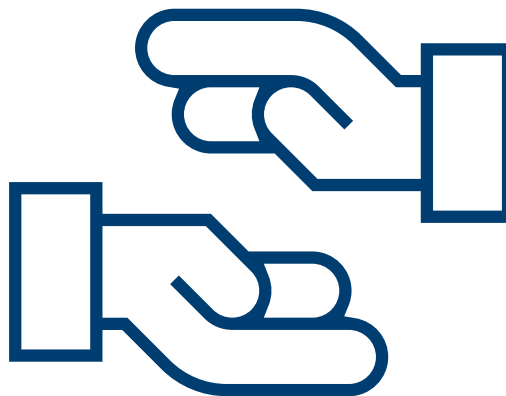
Mentor

Mentorarbejdet har til formål, at støtte borgeren i at blive fastholdt på arbejdsmarkedet, eller i uddannelsessystemet.

Vores fokus er, at undersøge borgerens funktions niveau, for bedre at målrette indsatsen.

Vi arbejder målrettet på, at skabe en struktur der gør hverdagen mere overskuelig for borgeren. Dette kan gøres via ugeplaner og støttende motiverende samtaler, som tager udgangspunkt i de socialfaglige tilgange.

Vi støtter op omkring samtaler med de aktører der er tilknyttet den enkelte borger, det kunne f.eks. være jobcenteret, praktikpladser, læger eller pårørende.



Konflikthåndtering

Grundlæggende kendskab til at genkende og reagere ved tegn på konflikt ud fra viden om konflikters opståen, udvikling og afslutning.

Forebyggelse af konflikter med afsæt i viden om konflikttyper, egen rolle og forhold, der ansporer til konflikter. Kendskab til grundlæggende konflikthåndteringsmetoder, hvormed konflikter håndteres og afsluttes professionelt på en konstruktiv og udviklende måde for borgere, pårørende og kolleger.





”Metodekataloget er udarbejdet for at beskrive og synliggøre hvad vi gør, hvorfor og hvordan. Vores målgruppe af borgere spænder bredt og der er mange forskelligartede problematikker, diagnoser og herunder symptomer at forholde sig til i hverdagen.

Balancen er at vælge den rigtige retning og tilhørende metoder – hvilket tvinger os til løbende at orientere os på området, have øje for nye metodetilgange og reflektere over praksis”.