

Tryggve Balldin

- SOCIONOM
- LEG.PSYKOTERAPEUT
- HANDLEDARE OCH LÄRARE I PSYKOTERAPI
- ARBETAR SV/INT
- ARBETAR MED OCH UTBILDAR I SOCIALT OCH PSYKOTERAPEUTISKT FÖRÄNDRINGSARBETE
- FÖRDELAR ARBETSTID HANDLEDNING, UTBILDNING OCH KLINISKT ARBETE
- UPPVUXEN I AFRIKA
- GIFT OCH HAR TRE BARN

© Copyright Balldin & Balldin AB

1

En grundläggande fråga i allt förändringsarbete

- <https://www.youtube.com/watch?v=Qkuu0Lwb5EM>

© Copyright Balldin & Balldin AB

2

Ett vardagligt exempel hämtat från vår granne igår...

”Nu får du faktiskt också gå ut med hunden, vi kom överens om det när vi köpte den. Just nu är det som om det bara är jag som tar det ansvaret”

”Låtom oss dissekera denna text”

© Copyright Balldin & Balldin AB

3

Jag menar att all kommunikation, verbal och icke-verbal, endast ges på max 4 nivåer
”The big 4”

- Emotionell
- Relationell
- Kognition
- Beteende

© Copyright Balldin & Balldin AB

4

Text under obduktion

”Nu får du faktiskt (emotion) också gå ut (beteende) med hunden, vi kom överens om det (kognition) när vi köpte den. Just nu är det som om det bara är jag (relation) som tar det ansvaret”

© Copyright Balldin & Balldin AB

5

IHF en förändringsmodell Positionera er – vad förändrar vi – ett ord?

© Copyright Balldin & Balldin AB

6

”Här är ditt kylskåp”

- Vilka ingredienser har vi?
- Människan
- Modellen

© Copyright Balldin & Balldin AB

7

Vad kännetecknar människan?

- Vi är ett flockdjur – vi har klarat oss genom samarbete
- Vi är beroende av andras omsorg över tid i högre grad än andra djur
- Vi är födda med förmågan att snabbt kunna härma omsorgspersoners beteende
- Vi är födda med förmågan att väcka/känna omsorg
- Vi är födda med förmågan att kunna känna hur någon annan känner
- Vi är födda att utvecklas i relation med andra

© Copyright Balldin & Balldin AB

8

Vad kännetecknar människan?

- Vi ”förväntar” oss inkludering...
- ”Social Baseline Theory”, säger att det är vårt normaltillstånd att vara inbäddade i ett rikt socialt nätverk. Vår hjärna förutsätter att vi ska ha tillgång till nära relationer och socialt stöd, det är vår ”baseline”
- Vi är födda att utvecklas tillsammans med andra, inte födda att behöva skapa relationer och sedan utvecklas
- Beckes, L., & Coan, J. (2011)

© Copyright Balldin & Balldin AB

9

Identitet

- Vem är jag? Hur skapas min identitet? Vad **jag kan**?
- Teori – symbolisk interaktion
- Människor behöver relationell mening för att utveckla identitet
- Identitet skapas inte av individen utan är beroende av relation, utmanar hur begrepp som ”självförtroende, självkänsla” byggs
- Om ”jag förstår **vad du behöver och jag kan ge** det så skapas min identitet i förhållande till dig” (man/vän/musiker/arbetskamrat)
- ”Hjälp mig med min identitet genom att **be mig om hjälp som jag kan ge**”
- ”Lämna mig inte ensam”
(Reitzes 1991, McBride 2000)

© Copyright Balldin & Balldin AB

10

Vad behöver vi som människor?



© Copyright Balldin & Balldin AB

11

IHF – en modell, vad kännetecknar modeller?

- Varje modell har en idé om;
- Theory of problem
- Exempelvis FFT, EFT, ABFT, MM etc
- Theory of change
- Styr interventionen, exempelvis...
- Vem har tolkningsföreträde för ”Theory of problem” – i IHF är det ett samskapande mellan Socialtjänst, behandlare och familj - UF

© Copyright Balldin & Balldin AB

12

IHF

- Är både normativ och icke-normativ
- Beaktar allmänna risk- och skyddsfaktorer men ser även det unika i varje system
- Finns det då något som är mer fastslaget vad IHF alltid arbetar utifrån och med?

© Copyright Balldin & Balldin AB

13

IHF

- Arbetar med individer i system som har ett "relationsförsvårande beteende", bredare än "antisocialt beteende"
- Begreppet utmanar och förpliktigar, beteende är beroende av en dyadisk process, problembeteenden bör ses i ljuset av en icke funktionell systemisk process där vi inte vet vad som är hönan eller ägget men vi vet att det "takes two to tango"
- Vi vet också att "relationsförsvårande beteende" leder till exkludering, i familjer, i skola, arbete, samhälle – leder till ofrivillig ensamhet
- Vi vet att ofrivillig ensamhet är en mycket stor fysisk och psykisk riskfaktor
- Att ändra på beteenden är därför en fråga på liv och död

© Copyright Balldin & Balldin AB

14

IHF – en beteendeorienterad förändringsmodell

- MEN skruvar vi på oss...
- Är IHF enbart att arbeta med beteenden? Jag har ju utbildat mig i systemiska interventioner, jag är vän av att försätta klienterna i ökad emotionell mentalisering, vän av kognitiva arbetssätt, vän av cirkulära och reflekterande relationella kommentarer, jag arbetar med allians och anknytningen, var tar den vägen, mina TF KBT interventioner....
- Så hur förhåller sig beteende till allt detta?

© Copyright Balldin & Balldin AB

15

Hur svarar vi – var är din trygga bas?

"Nu får du faktiskt också (emotion) gå ut (beteende) med hunden, vi kom överens om det (kognition) när vi köpte den. Just nu är det som om det bara är jag (relation) som tar det ansvaret"

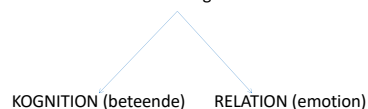
1. Jag tycker mig höra att du är arg, bakom ilska finns det ofta sorg
2. Ok, så, när skall du gå ut med hunden?
3. Hur såg överenskommelsen ut?
4. Det låter som om ni två behöver hjälp i er kommunikation

© Copyright Balldin & Balldin AB

16

Var är vår trygga bas vid oro?

Vid oro går människan primärt till två ställen för att finna stöd och lösning



© Copyright Balldin & Balldin AB

17

Kognitivt, beteende, emotionellt, relationellt stöd?

- Vad efterfrågar klienten, systemet?
- Vad erbjuder du/teamet?
- Värdeladdar du/ni det som efterfrågas eller ges?

© Copyright Balldin & Balldin AB

18

Vart går människan först? **Begriplighet**



© Copyright Balldin & Balldin AB

19

Vart går människan sedan? **Hanterbarhet**



Vad behöver någon göra?

© Copyright Balldin & Balldin AB

20

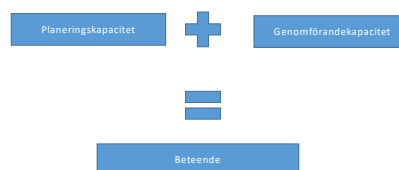
Detta kan i bästa fall leda till?
Meningsfullhet



© Copyright Balldin & Balldin AB

21

Vad krävs för att nå ett beteende...



© Copyright Balldin & Balldin AB

22

Var siktar vi?

- Behöver planeringskapaciteten kognitivt eller relationellt stöd?
- Behöver genomförandekapaciteten kognitivt eller relationellt stöd?

© Copyright Balldin & Balldin AB

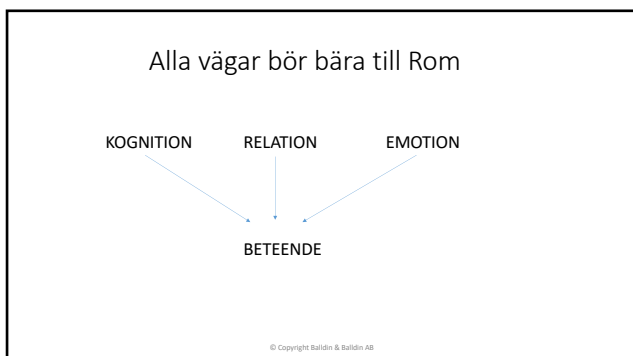
23

Motivation till beteendeförändring genom;

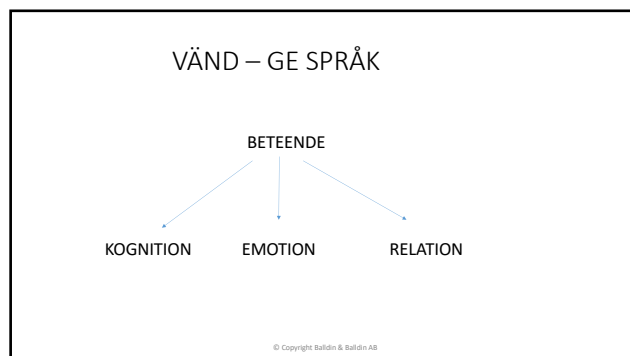
- Emotionella kommentarer och/eller interventioner
- Kognitiva kommentarer och/eller interventioner
- Relationella kommentarer och/eller interventioner

© Copyright Balldin & Balldin AB

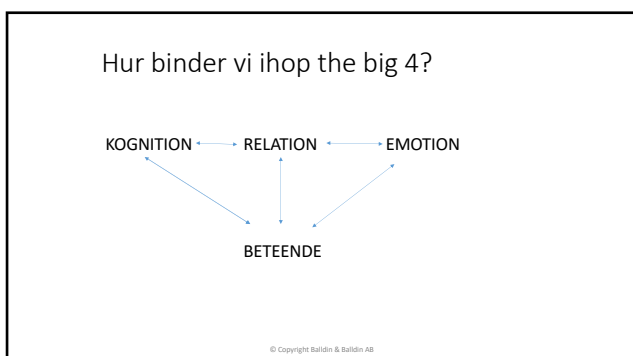
24



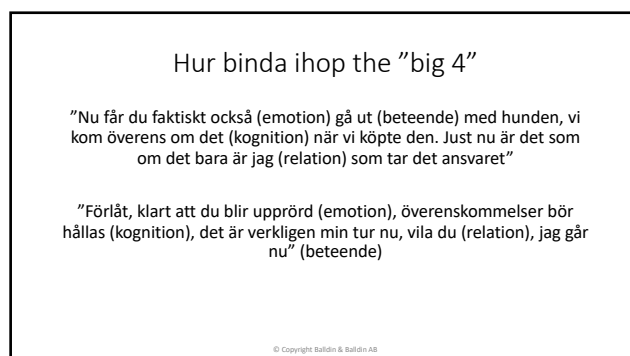
25



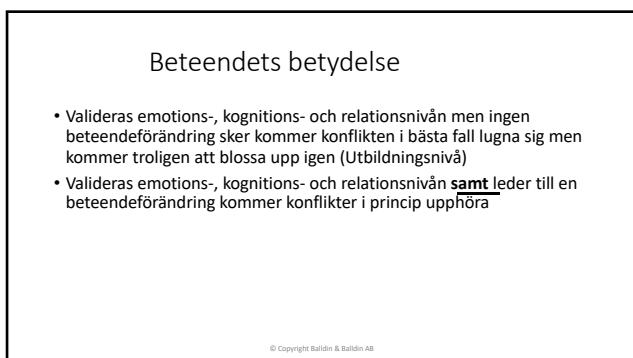
26



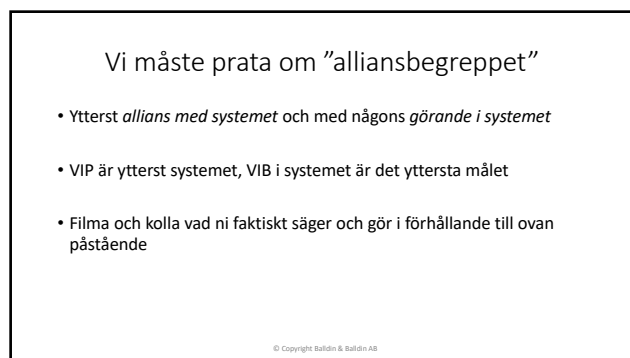
27



28



29



30

FOND PÅ ALL LITTERATUR

- Vi behöver någon som;
 - TRÖSTAR OSS (relation, emotion)
 - FÖRSTÅR OSS (kognition)
 - STÖTTAR OSS (beteende)
- Gå tillbaka till detta, öka tröst, öka förståelse, öka stöttning i system

© Copyright Balldin & Balldin AB

31

TACK FÖR MIG

<https://www.youtube.com/watch?v=5Uu0LwB5EM>



© Copyright Balldin & Balldin AB

32