

Når mentalisering svækkes i systemet

Nordisk Mentaliserings Konference, Bergen 2026

V/ Nadine Benike Bernstein Høyer - MBT specialist, supervisor og trainer,
Kandidat i pædagogisk psykologi, Specialsygeplejerske i psykiatri

Hvad?

- Mentalisering udgør et centralt fundament for relationelt behandlingsarbejde i psykiatrien. Samtidig er psykiatrisk praksis præget af arbejdsvilkår, hvor højt affektivt pres, acceleration (Rosa, 2014; 2023) og organisatorisk knaphed (Birkemose; 2024) er vilkår snarere end undtagelser.
- Dette rejser spørgsmålet om, hvordan sådanne vilkår præger plejepersonalets mentalisering, og hvilke konsekvenser dette har for brugen af tvang, patienters affektive eskalering og personalets trivsel.

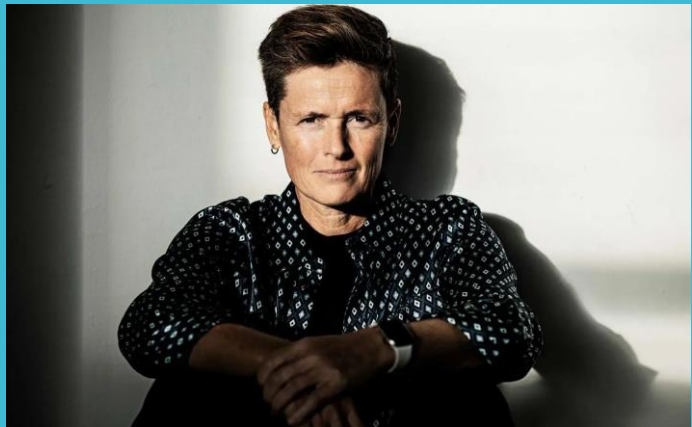
Hvordan?

- Kvalitativt kandidatspeciale i pædagogisk psykologi
- 9 dages deltagerobservation på to psykiatriske døgnafsnit i Region Syddanmark
- 170 siders deskriptive feltnoter
- Uformelle samtaler med plejepersonale og ledere
- Organisatoriske dokumenter om fx normering, sygefravær, økonomi, arbejdsopgaver osv.
- Kritisk hermeneutisk analyse
- Teoretisk informeret af mentaliseringsteorien og Hartmut Rosas resonansteori

Hvorfor?

- Oprindeligt skulle jeg undersøge det relationelle arbejde i miljøterapi, men
- Der var ingen personaler omkring patienterne, og i stedet
- kom fokus på, hvad som forhindrede plejepersonalet i det relationelle arbejde

Dorthe Birkmose (2024)



- Udviklende mikroøjeblikke består af **mentalisering og resonans**
- Hvis vi ikke oplever udviklende mikroøjeblikke, forrås vi eller brænder ud

Hartmut Rosa (2024)



- Resonans
- En måde at være i Verden på
- Når verden svarer, man bliver berørt og noget forandres
- Ukontrollerbar
- Spillerum

- Modsat resonans er fremmedgørelse
- Stumhed
- Verdensbeherskelse
- Burn out

Mentalisering

- En holdning; nysgerrig, ikke-vidende, ikke-dømmende
- Udvikles i mentaliserende samspil med andre
- Kontekstafhængig
- Resiliensfaktor
- Transdiagnostisk fænomen

(Sharp & Bevington, 2022)

Mentalisering er ikke hvad du gør, men måden du gør det på

(Karterud et al., 2012)

4 Fund, der forstærkede hinanden

Undersøgelsens fund viser fire centrale områder som udfordrer mentalisering og resonans

- Accelereret praksis
- Affektivt pres
- Fravær eller fragmentering af faglighed
- Vold, tvang og psykisk udmattelse

Accelereret praksis



- Det sen-moderne samfund er kendetegnet ved acceleration
(Rosa, 2024)

- *The first step to reading others is to slow down and reflect on what is happening”*

(Sharp & Bevington, 2022, s. 119)

Rosa (2024)

- Tempo-acceleration: Samtidigheden i arbejdsopgaver, svækker muligheden for tilstedeværelse i den enkelte opgave og fører til fremmedgørelse af handlingens betydning.

Teleologisk tænkning

- I et system, hvor alt skal kunne dokumenteres, auditeres registreres, forstærkes logikken om at omsorg skal kunne vises, måles og dokumenteres frem for at mærkes og erfares.
- I teologiske tænkning tilskrives handlinger, der er synligt målbare eller har en konkret effekt, værdi (Fonagy et al, 2007).

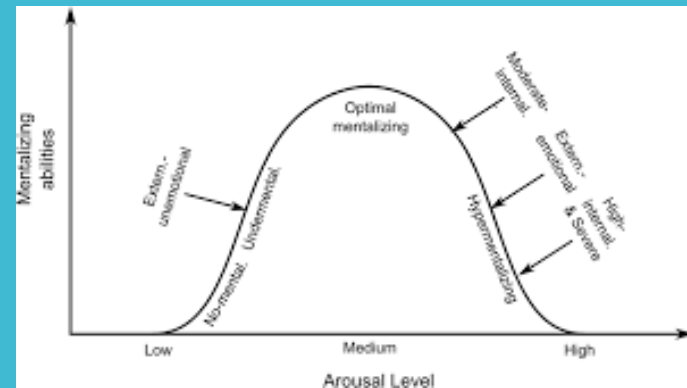
Som-om

- I en psykiatrisk praksis præget af produktionslogik og standardiseringer, hvor arbejdet i stigende grad minder om en industriproces, skabes der vilkår, hvor der tales om omsorg og behandlingsprincipper; men uden at disse nødvendigvis levendegøres i praksis
- Som-om tilstand anvendes sprog og begreber om følelser, relationer og intentioner; men uden at være forbundet med en egentlig følelsesmæssig eller kropslig forankring. Det mentale liv fremstilles som noget, man ved, end noget man mærker (Fonagy et al. 2007).

Affektivt pres

- Høje følelsesmæssige krav og belastninger opstår når medarbejdere dagligt skal forholde sig til og støtte personer i svære situationer som sygdom, kriser og sociale problemer

(Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø, 2023)



Teleologisk tænkning

- Med optagethed på ydre regulering og manglende fokus på indre tilstande, kan plejepersonalets non-mentaliserings tolkes som teleologisk tænkning.

Rosa (2024)

- Resonansværing, er en beskyttelse mod at mærke og involvere sig
- Resonansblokade, hvorved arbejdsvilkår ikke muliggør den følelsesmæssige respons
- Fremmedgørelse, når Verden ikke længere svarer os, og vi heller ikke svarer Verden
- En bekræftelse på en Verden, hvor relationer er uden resonans, og hvor psykisk smerte må bæres alene

Epistemisk tillid

- Epistemisk tillid; individets parathed til at modtage og lære af sociale informationer.
- En tillid, der udvikles i trygge og mentaliserende relationer
- Mange patienter i psykiatrien har en opvækst præget af usikker tilknytning og ustabile omsorgsrelationer, hvilket har hæmmet udvikling af denne tillid (Luyten et al., 2020).
- Når plejepersonalet ikke responderer mentaliserende, men med regulering, fravær eller afvisning, risikerer patienten at opleve, at personalet ikke har noget betydningsfuldt at tilbyde
- Manglende epistemisk tillid forstærker non-mentalisering

(Fonagy, Luyten & Allison, 2015)

Fravær eller fragmentering af faglighed



- Manglende adgang til videreuddannelser og specialiseret undervisning i psykologi, psykopatologi og relationel praksis. Efteruddannelse begrænses til enkeltstående endagskurser, fx i belastningspsykologi eller personlighedsforstyrrelse og selvskade (Kandidatspeciale, bilag 2, s. 29, 35, 102-103).
- Information til principper via plakater og brochurer (Kandidatspeciale, bilag 2, s. 1, 32, 118)
- Supervision og faglige konferencer nedprioriteres (Kandidatspeciale, bilag 2, s. 11, 53, 79)

Non- mentalisering

- Isposer er del af en DAT reguleringsstrategi med bl.a. emotionel bearbejdning via kædeanalyse (Psykiatrien i Region Syddanmark, 2020)
- I den aktuelle fragmenterede anvendelse, fremstår interventionen non-mentaliserende, med risiko for at fastholde patient i teleologisk tænkning og personale i somnolent tilstand
- Hæmme/forstærke epistemisk (mis)tillid (Fonagy, Luyten & Allison, 2015)

Rosa (2024)

- "..., hvorfor den fuldstændige tingsliggørelse af en anden, altid rummer et moment af tingsliggørelse af sig selv."
(Rosa, 2024, s. 459)

Beskyttelse

Teori er beskyttelse. Af dem mod os. Og af os mod dem.

(Skårderud & Sommerfeldt, 2014, s. 177)

- De strukturelle arbejdsbetingelser kan også fremstå beskyttende. Den accelererede praksis tilbyder legale muligheder for at "putte" sig fx bag computerskærme i en miljøterapeutisk praksis, hvor plejepersonalernes interaktion i relation med patienterne bør spille en central rolle (Psykiatrien i Region Syddanmark, 2020)

Vold, tvang og psykisk udmattelse



- Empirien (Kandidatspeciale, bilag 2) og interne data (Kandidatspeciale, bilag 4, s. 2-3) vidner om, at flere plejepersonaler i kortere eller længere perioder sygemeldes på baggrund af psykiske belastninger og fysiske skader.
- Mange tvangsfikseringer fremgår i empirien (Kandidatspeciale, bilag 2, s. 47, 51, 60, 117, 134, 145, 150, 156, 168).
- Ifølge Sundhedsstyrelsen (2024) seneste opgørelse har Region Syddanmark den højeste forekomst af bæltefikseringer blandt landets fem regioner, målt som antal personer pr. 100.000 borgere. Under sådanne tvangsfikseringer er flere plejepersonaler kommet fysisk til skade (Kandidatspeciale, bilag 2, s. 61, 92, 131, 150, 167).

Tab af tillid

- Ifølge den nye psykiatriplan kan tvangsforanstaltninger have alvorlige konsekvenser for patienterne (Indenrigs- og Sundhedsministeriet, 2025) og Psykiatrifonden (2025) mener, at brugen af tvang kan føre til tab af tillid til behandlingssystemet.
- Når patienter med lav epistemisk tillid, ikke mødes mentaliserende og affektregulerende; men med kontrol (fx tvang) og (følelsesmæssig) distance, intensiveres mistilliden hos patienten, som risikerer at blive trukket længere ind i sin non-mentaliserende tilstand (Fonagy et al., 2015; Nolte et al., 2023).

Teleologisk tænkning

- Vold fra patientens side og tvangsforanstaltninger fra plejepersonalets side kan betragtes som non-mentaliserende, og forstås som teleologisk modus, hvori indre tilstande mister deres betydning for ydre handlinger (Fonagy et al. 2007).

Rosa (2024)

- Kroppen kan erfares som et instrument, der må tages i brug for at skabe resonans. Den verdenslige adgang til mening og kontakt bliver afløst af en instrumentel brug af kroppen, hvor handlinger som selvskade eller udadrettet vold må forstås som repulsive forsøg på at bryde igennem stumheden.
- Rosa (2024) betegner denne bevægelse som et verdensbeherskende forhold. I dette perspektiv kan patientens voldelige adfærd og plejepersonalets tvangsforanstaltning forstås som en affektiv og eksistentiel respons på en lukket og uforbundet omverden. Stumhed og fravær fordrer et endnu stærkere udtryk (vold og tvang) for at skabe kontakt.

Rosa (2024)

- Verdensbeherskelse er en strategi til at gøre verden tilgængelig, håndterbar og nyttig, men på bekostning af relationel dybde.

Teleologisk tænkning

- Lederens fokus på at stoppe det ydre (affekten) kan tolkes som teleologisk non-mentaliserings. Ved en teleologisk interaktion kan plejepersonalet føle sig afvist og eller tingsliggjort,
- Sådanne non-mentaliserende interaktioner kan i en organisatorisk kontekst blive en systemisk praksis (Allen et al., 2008), hvor både ledelse og plejepersonale internaliserer, at affekter er problematiske (og tidskrævende) og bør undertrykkes frem for at forstås. Dette må antages at udgøre en alvorlig udfordring i en psykiatrisk praksis, hvor netop affektive udtryk ofte er den primære måde patienternes lidelse manifesterer sig på.

Konklusion

- Plejepersonalets arbejdsvilkår præges af acceleration og affektivt pres, der udfordrer personalets mulighed for faglig dybde, mentalisering og resonans i arbejdet. Når praksis organiseres omkring knaphed, standarder, retningslinjer, audits og drift, forskydes fokus fra forståelse til regulering på bekostning af relationsarbejdet (2, 21).
- I dette spændingsfelt øges risikoen for non-mentalisering og fremmedgørelse, som kan medføre vold, selvskade og tvang. Dette er ikke et udtryk for personalets manglende vilje eller intention; men for arbejdsvilkår, der gradvist udhuler det relationelle arbejde. Under sådanne betingelser risikerer mikroøjeblikke at blive afviklende, at patienterne kan blive mere syge af behandlingen og at personalet kan blive udbrændte af at udføre den.

Implikationer

- Der er behov for styrkelse af faglig ballast, supervision og organisatorisk fokus på den form for praksis, der giver plads til mentalisering og udviklende kontakt. Det er afgørende at få belyst hvordan strukturelle ændringer kan understøtte resonansskabende og mentaliserende praksis og klarlægge, hvordan strukturelle ændringer kan forbedre både behandlingskvalitet og arbejds- miljø i form af:
- Udvikling og prioritering af psykiatrifaglighed og efteruddannelse, systematiske og meningsgivende rammer for supervision, refleksion og kollegial bearbejdning
- Ledelsesmæssigt fokus på en mentaliserende kultur

Tak for jeres tid

- Tak til plejepersonaler og ledere på de to afsnit, og til min vejleder Mads Bank, Aarhus Universitet
- Artikel om specialet: <https://doi.org/10.62680/FA2125>
- Mentaliseringsbaseret.dk eller Nadinebenike@gmail.com