



# Eksempel på samtale med en ung



# Positiv reformulering af destruktiv adfærd

---

- Ved at anvende positiv reformulering i samtalen sikrer vi, at barnet / den unge får en forståelse af sin egen destruktivitet som noget, der rummer en konstruktiv kerne.
- Ved at belyse dette, hjælper vi med at skabe forståelse for, at der har været noget ubærligt i livet og ”denne overlevelsesstrategi” har være nødvendigt engang.
- Derved kan vi hjælpe med at skabe kontakt til nuet i dag og hjælpe med at vove at mærke det, der var smerteligt engang. Måske det derved er muligt at forholde sig til det på en mere hensigtsmæssig måde i dag - sammen med støtten fra omgivelser på institutionen.

**Ung:** "Jeg har igen cuttet mig / røget hash / brugt mig selv seksuelt"

**Pædagog:** "Hvad er det positive ved, at du har gjort det?"

**Ung:** "Jeg kan ikke se noget positivt i det!"

**Pædagog:** "Hvad ville der være sket, hvis du ikke havde gjort det?  
Hvilke følelser ville du så have mærket?"

**Ung:** "Så havde jeg mærket, hvor ensom jeg er, og så havde jeg tænkt en masse negative tanker om mig selv."

**Pædagog:** "Hvad var der sket, hvis du havde følt din ensomhed og tænkt negative tanker?"

**Ung:** "Så var jeg gået helt i "sort", og det er så uudholdeligt at være i."

**Pædagog:** "Så det positive for dig ved at cutte / ryge hash / lade dig bruge seksuelt, er at du bliver beskyttet imod at mærke din ensomhedsfølelse og at tænke negative tanker?"

**Ung:** "Sådan har jeg ikke lige tænkt det, men ja jeg kan ikke holde ud at mærke det sorte hul af ensomhed."

**Pædagog:** "Så når du cutter / ryger hash / lade dig bruge seksuelt, så er den faktisk din "bedste ven" lige nu, når du har brug for det. Den er der, den mulighed for at slippe ud af den ubærlige følelse, der kan ramme dig."

# Positiv reformulering af destruktiv adfærd

---

- Vi arbejder altså med, at det ikke er hele en selv der gør handlingen.
- Vi hjælper med at eksternalisere handlingen som noget der kommer, når der er brug for at skabe en balance i sit psykiske felt.