



# DIAMANTFORLØBENE

Et vredeshåndteringsprosjekt  
udviklet sammen med barn og unge  
i Rødovre kommune

# PROGRAMMET

Intro og rammesætning – Diamantprojektets hvem, hvad, hvorfor & hvordan

Diamantforløbets menneskesyn

Diamantforløbets vredessyn

Afslutning

Undervejs vil der være praktiske øvelser, eksempler og lege...



# NICOLAI OG STARTEN PÅ DET HELE

## ET AFSÆT I UNGES EGNE PERSPEKTIVER OG FORSTÅELSER



WHEN  
OVERS  
SUNDH  
AUTEN

**“All right,  
I’ve been thinking. When  
life gives you lemons, don’t  
make lemonade. Make life  
take the lemons back!**

**GET MAD!**

**I DON’T WANT YOUR DAMN LEMONS!  
What am I supposed to do with  
these? Demand to see life’s  
manager! Make life rue the day it  
thought it could give CAVE JOHNSON  
lemons! Do you know who I am?  
I’m the man who’s gonna  
BURN YOUR HOUSE DOWN!  
With the LEMONS! I’m gonna  
get my engineers to invent  
a combustible lemon that  
burns your house  
down!”**

- Cave  
Johnson

# FACTS OF LIFE

Lige nu lige her



- Danske lærere vurderer, at 24,9% af eleverne i folkeskolen har individuelle vanskeligheder, problemer eller diagnoser. 30,8% af drengene i folkeskolen defineres som vanskelige eller problematiske. (Nordahl et al., 2010)
- Knap 30% af de samlede udgifter til folkeskolen gik til specialundervisning 2008/2009 (14% elever)
- Specialundervisning øger ikke sandsynligheden for en ungdomsuddannelse. 31 % gennemfører ikke 9. klasses afgangsprøve og 81 % påbegynder ikke en ungdomsuddannelse.
- Siden 1993 er antallet af børn, der diagnosticeres med en adfærdsbaseret diagnose, er under ADHD-diagnosen steget med 83 %
- Fra 2006 til 2007 steg antallet af ADHD-diagnosticerede børn med 12%.
- I 2010 fik mere end 25000 danske børn behandling med Ritalin. Forbruget er steget med 600% fra 2005-2009 (for de 15-19 årige) og med ca. 300 % for de yngre.
- I 2008 var unge med udviklingsforstyrrelser (ADHD, autisme spektrum diagnoser) den næststørste gruppe af unge under 20 år, der fik tilkendt førtidspension. Heraf var 80% mænd.
- Rockwoolfondens nylige rapport (Daley et. al 2014) konkluderer, at ubehandlet ADHD koster det danske samfund i omegnen af knap 3 milliarder kroner om året, og at en vigtig del af løsningen er at diagnosticere langt tidligere i livet.

# HVAD ER DIAMANTFORLØBET?

- Et gruppebaseret undervisningsforløb for unge, der gerne vil lære at håndtere deres vrede bedre, så konsekvenserne bliver mindre
- En teoretisk forståelse og praktisk værktøjskasse, der ruster professionelle til bedre at håndtere vrede unge
- Et teoretisk velforankret praktisk koncept, der er direkte implementérbart i professionelle praksisser, der arbejder med unge
- Et tilbud hvor alle kan deltage, hvis de vil



# HVEM ER DIAMANTFORLØBET FOR?

Kært barn har mange navne...

Aggressive, udadreagerende, vrede, voldelige, 'syge i bøtten', udenfor pædagogisk rækkevidde, småkriminelle mv.

Kendetegnende er, at det er unge:

- Der findes alle vegne
- Der er svære at forstå
- Der er svære at håndtere
- Der gør noget ved os
- Der er (for) få professionelle redskaber til at håndtere dem
- Der ekskluderes ofte
- Der diagnosticeres ofte





# DET SIGES, DE IKKE ER SÅ GODE TIL AT...

- Reflektere
- Mentalisere
- Være empatiske
- Udøve selvkontrol
- Sidde stille
- Høre efter
- Honorere kravsituationer



## TIL GENGÆLD ER DE GODE TIL AT...

- Have en utrolig god kropsfornemmelse
- Forholde sig til noget konkret og oplevelsesorienteret
- Arbejde med handlinger
- Arbejde med svære emner, der ikke handler om dem selv (fælles tredje)
- Være modige
- Have lange antenner – en god fornemmelse



OG SÅ ER DE ALLIGEVEL OGSÅ GODE TIL  
AT...

- Mentalisere
- Regulere
- Bryde mønstre
- Få nye handlestrategier
- Fokuserer
- Koncentrere sig

... givet de rette betingelser



# DIAMANTFORLØBET GIVER BETINGELSER FOR AT FÅ GODE ERFARINGER MED SIG SELV



Welcome to....

## PARADISE HOTEL

- En måde at arbejde med mentalisering
- En måde at arbejde med forståelser af sammenhænge og indflydelser
- En måde at øge forståelsen af fællesskabets betydning for individuelle handlinger



# HVORFOR HEDDER DET DIAMANTFORLØBET?

Diamanten som:

- Et billede af samspillet mellem krop, tanke, handling og følelser, som er udgangspunktet for undervisningsforløbet (kognitiv inspiration)
- En kompleks og mangefacetteret model – prismet!
- Som hårdt presset kul

”Hvis kul bliver presset tilstrækkelig hårdt – og det vil sige virkelig hårdt – kan der komme en diamant ud af det” (PTG)



# HVAD BESTÅR DIAMANTFORLØBET KONKRET AF?

## Produktet

- Manual
- Dropbox
- Materialekasse

## Processen

- Kontakt til forældre – og dernæst de unge
- Ungegruppen – hvem virker det for?  
(Køn, misbrug, diagnoser, kognitive vanskeligheder...)
- Alment, forebyggende undervisningsforløb
- Forløbets struktur: Individuel samtale + 8 gruppe moduler
- Samarbejde med andre professionelle/overlevering



# FORMÅLET MED DIAMANTFORLØBET

- At forstå vreden
- At håndtere vreden mere hensigtsmæssigt.
- At minimere de utilsigtede konsekvenser, når vreden ureflekteret omsættes i handlinger af aggressiv eller voldelig karakter.
- At arbejde med at dæmpe vredens funktion og indflydelse på en ungs liv, ved fx at undersøge, hvilke andre følelser, den erstatter, og hvilke gode grunde der kan være til det
- At styrke de unges oplevelse af at indgå meningsfuldt og relevant i et fællesskab





# EFFEKT, EVIDENS OG EVALUERING

## Uddannelse og implementering i kommunal praksis

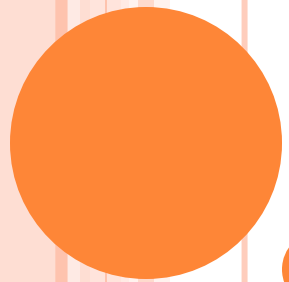
- Vi tilbyder uddannelser til professionelle i Diamantforløbet for unge. Uddannelserne koster 8000 kr. pr. person inkl. alle materialer, licenser mv.
- Vi tilbyder uddannelser for grupper af professionelle i alle landets kommuner/regioner
- Se mere på [diamantforlobet.dk](http://diamantforlobet.dk)



# ET EKSEMPEL PÅ EN FOKUSØVELSE

- Tæl til 50 og fejr din fiasko!





# DIAMANTENS MENNESKESYN

En transdisciplinær tilgang

En almen forståelsesramme

# DEN BIOPSYKOSOCIALE FORSTÅELSE

- Grundlæggende hentet hos Bateson (2005).
- Vores brug er inspireret af Hertz' (2011) tilvirkning
  - Konkret omsat ved at sammenkoble en række forskellige teoretiske perspektiver.
  - Perspektiverne påvirker hinanden gensidigt og forudsætter ikke hinanden lineært (systemisk)
- Koblingerne kan alle understøttes af nyere psykologisk, sociologisk og neurologisk forskning.



# CENTRALE POINTER

- Mennesket som en kompleks tilblivelse, et kontinuerligt samspil mellem biologiske, psykologiske og sociale aspekter
- Menneskelig udvikling er en social proces
- Hjernen udvikler sig ved måden den bruges på i samspillet med andre mennesker og forskellige betingelser – ‘bliver til i brug!’
- Der sker en kontinuerlig gensidig afstemning/tilpasning med og ift. de forventninger, krav og responser, vi møder



# FÆLLESSKABET

Fællesskabet en forudsætning for at at skabe individuelle forandringer

- Fordi børns uanede muligheder findes i fællesskabet
- Fordi udvikling er en social proces



Relationel



Historisk



Kontekstuel



## DEN GODE IMPLIKATION

- Vi fødes alle med et stort - om end forskelligt potentiale
- Der er ikke uendelige, men altid uanede udviklingsmuligheder
- De uanede muligheder tilhører ikke individet, men afgøres af og i fællesskabets bevægelser





# DEN 'FARLIGE' IMPLIKATION

- Der er overhængende fare for selvforstærkende processer:

Den vrede/aggressive/udadreagerende unge forventes at håndtere situationer aggressivt (af andre)

Sandsynligheden styrkes for at den unge honorerer forventningen

De andres forventninger bliver bekræftet og dermed forstærket til næste gang

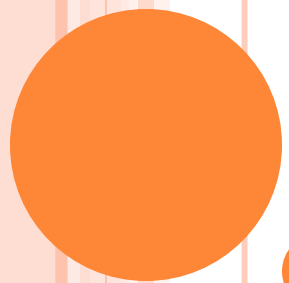
**>Pygmalion- eller Rosenthal effekten.**



# ROSENTHAL EFFEKTEN – I PRAKSIS

[https://www.youtube.com/watch?v=Yh2449t\\_nMw](https://www.youtube.com/watch?v=Yh2449t_nMw)





# DIAMANTENS VREDESSYN

Diamantens vredesforståelse

# HVAD ER VREDE?

- Vreden er en naturlig del af det menneskelige følelsesmæssige repertoire.
- Vreden i sin dominerende form (den problematiske) er en strategi/handlemåde, som den unge har tillært sig som et muligt svar på nogle af de livsbetingelser, der har præget hans liv.
- Den tjener som en form for selvbeskyttelse, der har været kursistens bedst mulige svar på hans livsbetingelser
- Vreden forstås som meningsfuld i begge henseender, men samtidig som mulig at dulme og erstatte (delvist) med mere hensigtsmæssige udtryksformer.



- Vreden forstås **kommunikativt**
- Som en **invitation** der bør udforskes og tages imod på konstruktiv vis.
- Og som en potentielt **traumatisk funderet handlemåde**



# TRAUMET...

- Traumer er almene – de er uundgåelige i et levet liv
- Traumer kan kun opstå i relationen mellem et menneske og dets omgivelser og relationer. De kan aldrig forstås ud fra mennesket i sig selv.
- Traumer bliver en del af dette menneske, men er opstået ved menneskets relation til andre mennesker og omgivelserne.
- Traumer er lagret i den følelsesmæssige hukommelse og i kroppen
- Rationel hukommelse er struktureret i tid og sted og som historier. Følelsesmæssig hukommelse er ordnet efter følelsen – en spand til hver følelse – og kan mærkes kropsligt



- Det er den vrede – vreden fra spanden - vi taler om, når vi taler om at vreden bliver uhensigtsmæssig i Diamantforløbet
  - Den er sekundær, afledt af andre følelser
  - Traumatisk forstørret
  - Og ikke primær



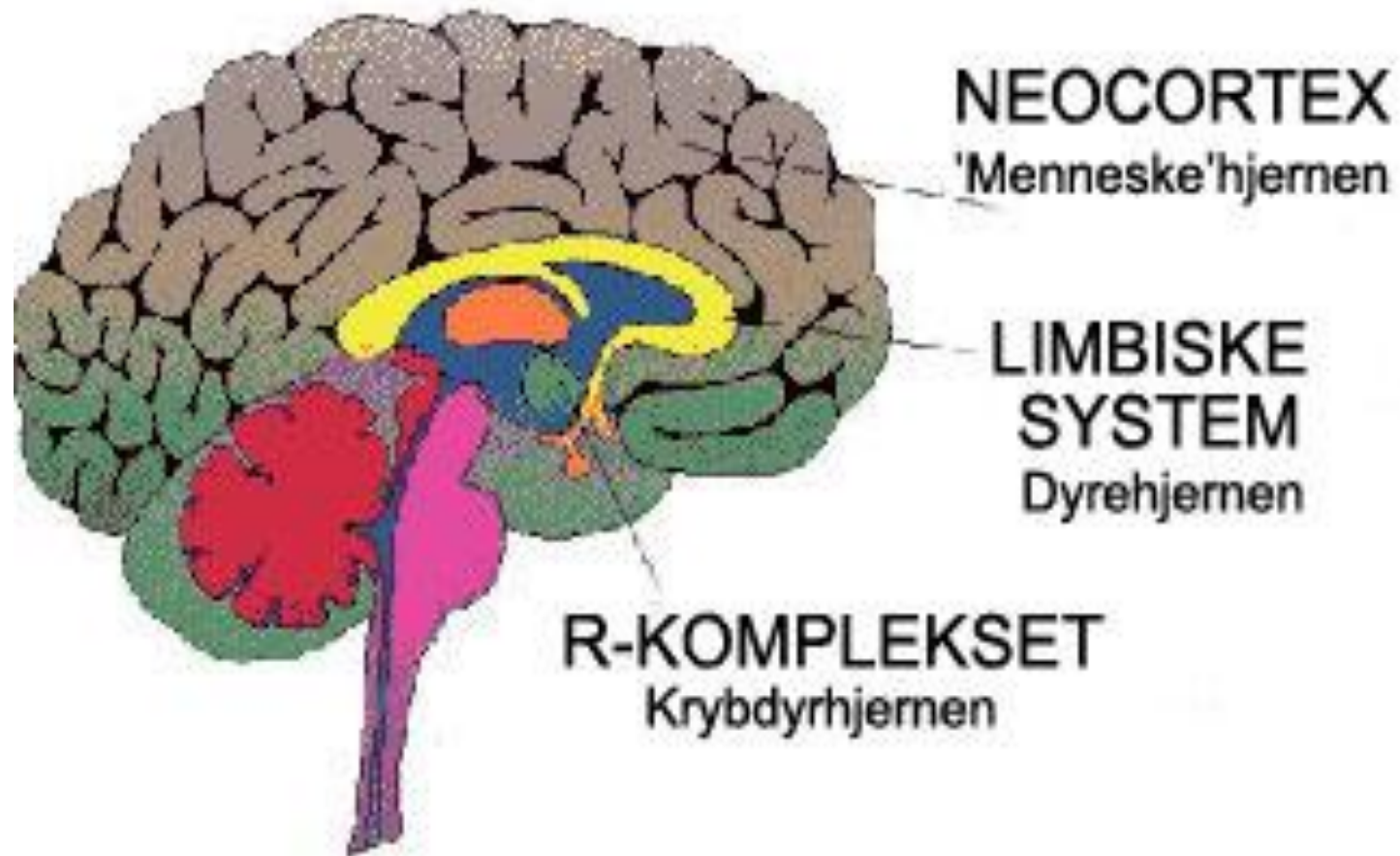
# DEN KAN KENDES PÅ AT...

- Følelsesudtrykket kan blive meget voldsomt ift. hvad der udløser det
- Man kan få oplevelsen af 'den vrede' ikke er til at nå; er uden for rækkevidde; ikke modtagelig i en almindelig samtale
- Låget ryger af – klappen går ned
- Man først kan tale sammen igen, når den vrede er dampet af





# FORSKELLIGE OMRÅDER I HJERNEN ER FORSTÅELIGE PÅ FORSKELLIGE MÅDER



FIGHT



FLIGHT oohlala!



FREEZE



**KAMP**

vrede

Slår

**FLUGT**

frygt

Løber  
væk

**FRYS**

afmagt

Sidder  
tavst



# FORSKELLIGE OMRÅDER I HJERNEN SKAL ADRESSERES PÅ FORSKELLIGE MÅDER

Mentalisering

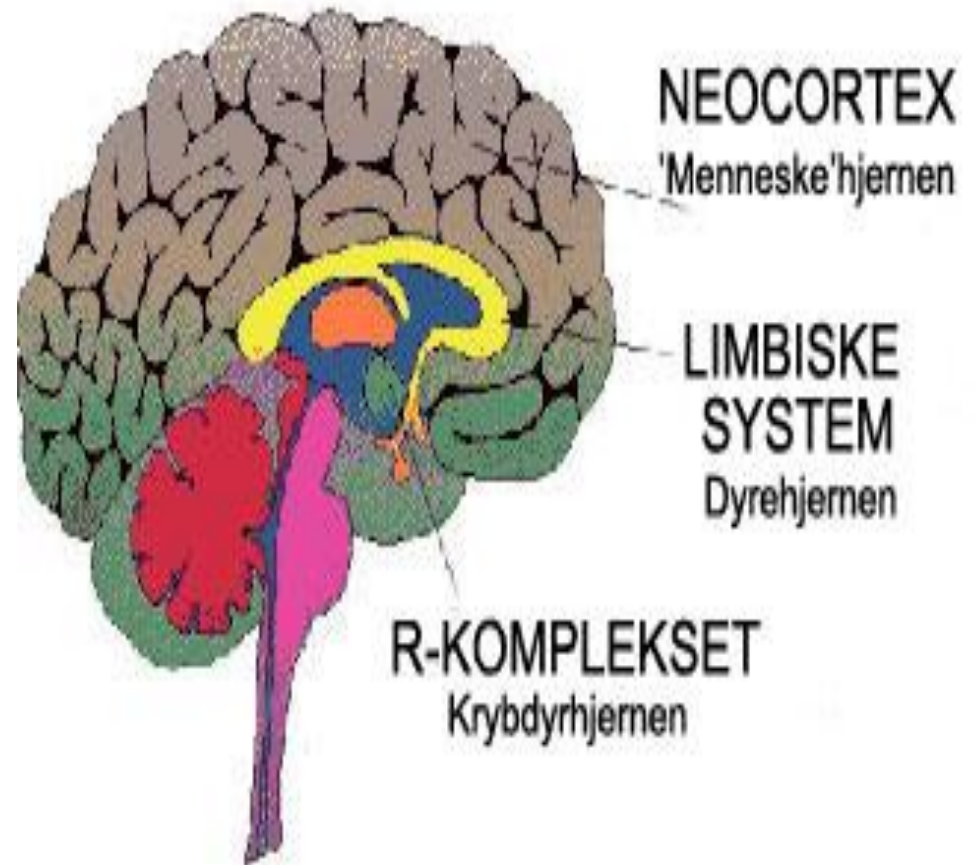
Refleksion

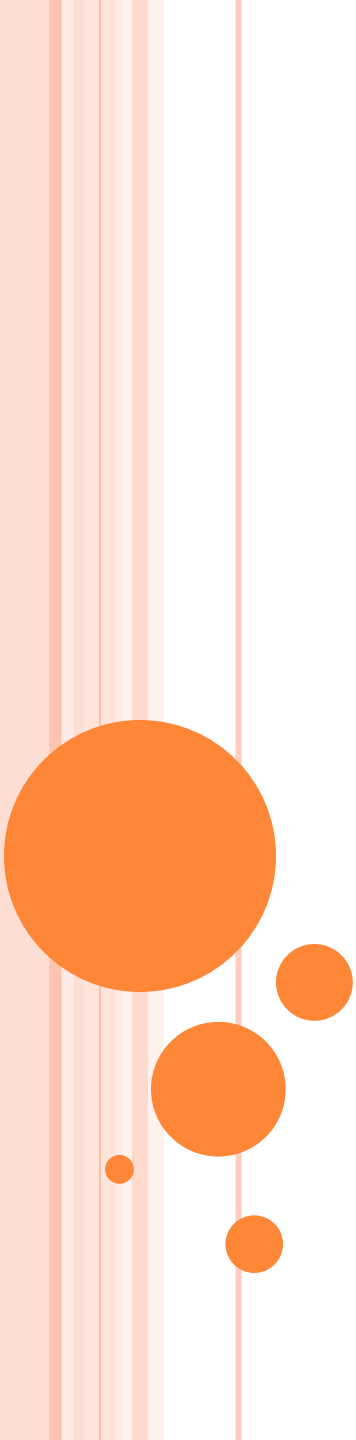
Følelses øvelser

Regulering

Sansebaseret & kropslig  
træning

Leg





**HVAD NYTTER DET AT LÆRE AT  
TÆNKE NYE TANKER,  
NÅR ADGANGEN TIL TANKERNE ER  
BLOKERET, NÅR MAN ER VRED?**

**I Diamantforløbet er det primære fokus på  
forståelse og regulering af krop, handling og  
følelser!**

JERES VREDE...

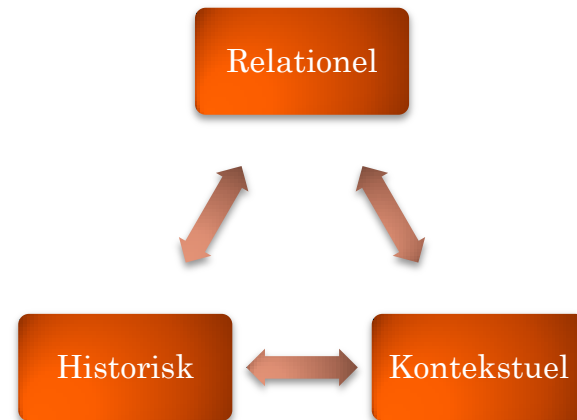
Øvelse:  
Vredesbilleder



# VREDESBILLEDER

Input til interviewet:

- Sig lidt om, hvorfor du har valgt dette billede? (hvordan er det et billede på din vrede?)
  - Hvad er historien om denne vrede?
  - Hvornår dukker vreden op?
  - Hvem er du sammen med?
  - Hvad sker der?
  - Hvad får vreden dig til at gøre/sige?
  - Hvordan føles den i kroppen?
  - Hvad fungerer godt/mindre godt ved vreden?
- 
- Er det nogle gange andre billeder, der passer til dig, når du bliver vred?





# PÅ VEJ MOD 75% NORMALITETEN

Puste æg...

- Konsekvenserne af et '75 % - samfund' er store - både i et socioøkonomisk og et individuelt perspektiv.
- De individuelle konsekvenser rammer de 25 % - men også de 75 % og det får afgørende betydning for den tillid og tryghed, vi føler i det store fællesskab.
- Der er behov for en udvidet normalitet, der også inkluderer de vrede og vilde.
- Der er behov for at udvide børn og unge forståelser og håndteringer af hinanden – på tværs af forskelle

