

**Konference 2015**

# **Moderne Klinisk Hverdags- psykologi**

**26. august**

## **Temaer 2015**

Psykens Immunsystem

Sociale navigation under pres

Fra mistænksomhed til selv-stigmatisering

**Center for Klinisk Hverdagspsykologi - CKH**

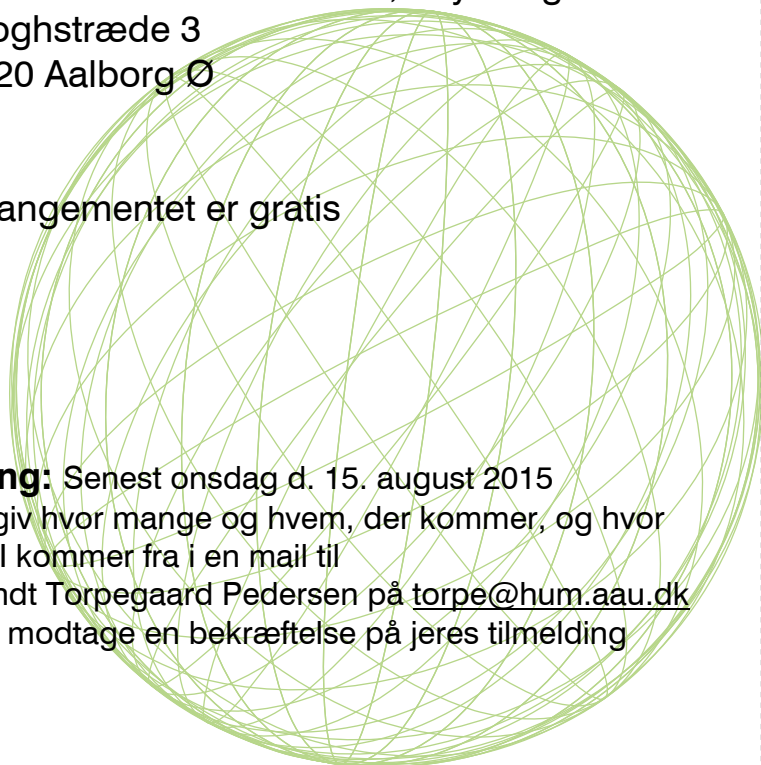
# CKH

**Tid:** onsdag den 26. august. kl. 10.00 og 16.00

**Sted:** Auditoriet, lokale 1.104  
Aalborg Universitet  
Institut for Kommunikation, Psykologi  
Krogstræde 3  
9220 Aalborg Ø

**Pris:** Arrangementet er gratis

**Tilmelding:** Senest onsdag d. 15. august 2015  
Angiv hvor mange og hvem, der kommer, og hvor  
du/I kommer fra i en mail til  
Bendt Torpegaard Pedersen på [torpe@hum.aau.dk](mailto:torpe@hum.aau.dk)  
I vil modtage en bekræftelse på jeres tilmelding





# Program

**09.30-10.00: Ankomst**

**10.00-10.30: Velkomst**

**10.30-11.15: Psykens immunsystem**

*Ved Siri Folsø, Cand. Psych. og Christine Duerlund Emanuelsen, Cand. Psych.*

**11.15-12.00: Sociale navigationssystemer under pres**

*Ved Cathrine Brath, Cand. Psych. og Christina Flyger, Cand. Psych.*

**12.00 - 13.00: Pause**

**13.00-13.45: Fra mistænksomhed til selv-stigmatisering**

*Ved. Kandidatstuderende på CKH, , Lærke Simmelsgaard, Bsc. Psych.*

**13.45-15.15: Eftermiddagskaffe med mulighed for at tale med oplægsholderne**

**15.15-16.00: Moderne klinisk Hverdagspsykologi**

*Ved Einar B. Baldursson, Cand. Psych., lektor og fagligt ansvarlig for professionsprogrammet "Klinisk Hverdagspsykologi"*

**16.00: Tak for i dag**

# Konferencens temaer

## **Psyakens immunsystem**

Ligesom mennesket besidder et fysisk immunsystem antages det, at vi også råder over et psykisk immunsystem til udvikling og vedligeholdelse af psyken og dens funktioner. Dette system bygger videre på det fysiske immunsystem og er tæt koblet til smertesystemet. Systemet spiller en vigtig rolle i hverdagslivet, men kan også medføre problemer ved langvarige belastninger.

## **Sociale navigationssystemer under pres**

Flere psykiske funktioner er udviklet til det formål at navigere i den sociale virkelighed. Men den sociale virkelighed har ændret sig, og dermed er måden hvorpå vi forvalter vores liv ligeledes anderledes. På konferencen vil der blandt andet været fokus på hvordan øgede stressbelastninger medfører problemer i forbindelse med social navigation. Eksempelvis kan virkelighedsopfattelsen blive forvrænget og der kan opstå empati-belastninger og problemer. Disse forandringer påvirker måden hvorpå den stressramte person tilgår verden, men påvirker også omgivelsernes opfattelse af personen.

## **Selv-stigmatisering**

Selv-stigmatisering er fordomme, som personer kan have omkring sig selv. Stigmatisering indebærer typisk en social proces, som en slags social fordom der enten forventes eller opleves af personen, og er karakteriseret ved eksklusion, afvisning eller devaluering. En eventuel definition kan være: egne forestillinger om, hvad man er for én, når man eksempelvis har eller har haft en psykisk lidelse, og dertil hvad andre må tænke om en, samt negative tanker om en selv og egne muligheder, for at kunne deltage ligeværdigt i samfundet.

Selv-stigmatisering er et aktuelt emne, da det ofte ses i klinisk regi og hverdagslivet. Når psykiske dysfunktioner opstår, kan et misforhold opstå, hvor personen danner en negativ indre forestilling om egne sociale position. Personen ser sig som isoleret og tålt, men aldrig accepteret. Et nyligt identificeret fænomen som selv-stigma kan give nye forståelser og muligheder i den psykologiske praksis.



# Hverdags- psykologi

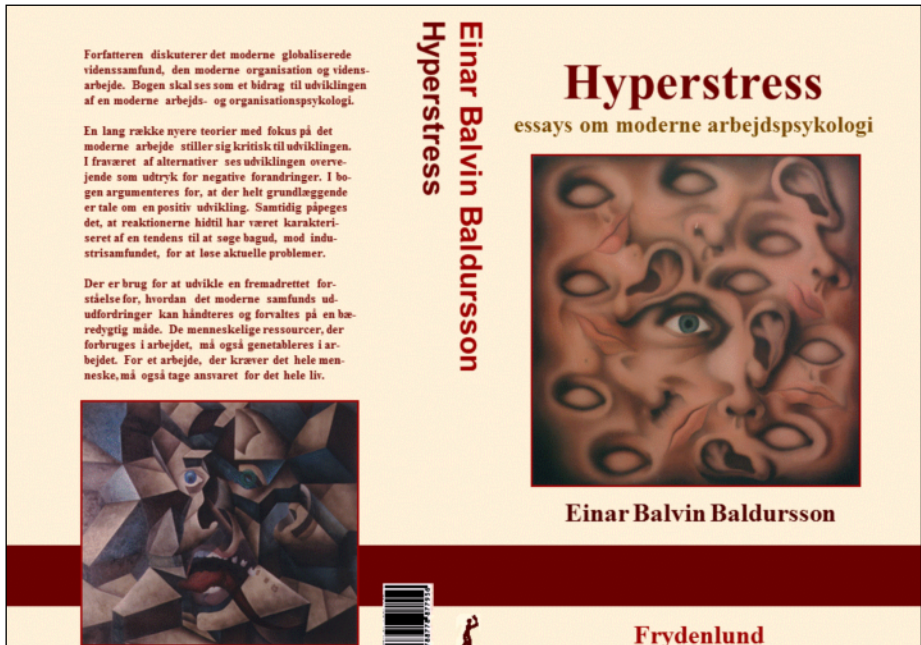
Hverdagspsykologi er ikke et nyt fænomen i psykologien. Arbejdspsykologien var også hverdagspsykologi. Betegnelsen "hverdagspsykologi" betoner imidlertid, at i videnssamfundet er grænserne mellem arbejde og fritidsliv brudt sammen.

Hverdagspsykologien fokuserer på belastninger og problemer der er knyttet til hverdagslivet og almindelige menneskers udfordringer. Formålet med CKH er at udvikle redskaber i form af diagnoser, interventionsmetoder og behandlingsformer, der afspejler hverdagslivets behov og udfordringer.

Den enkeltes problemer og belastninger ses som et vindue mod den sociale verden. Behandling ses i denne sammenhæng som anledning til at udvikle ny viden.

Det er alene gennem kombinationen af udredning, diagnostik og behandling, at der opstår nye forståelser, at nye fænomener identificeres, og der udvikles effektive interventions- og behandlingsmetoder.

# Publikationer fra CKH



## Hyperstress

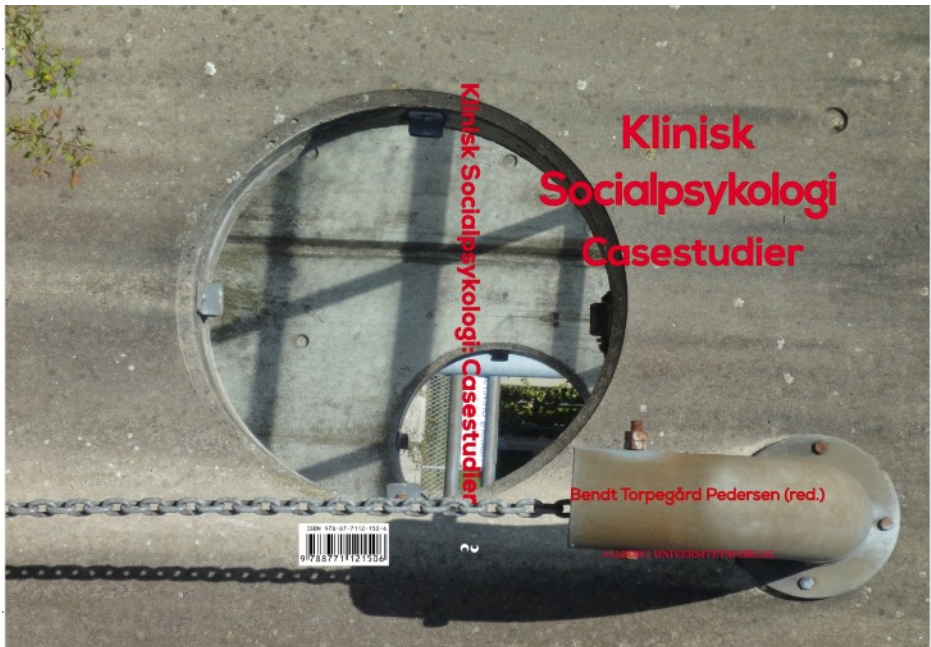
Er du hyper? Er du altid på? Er alting personligt og vedkommende altid? Har du et uafklaret ansvar for en uigennemskuelig og uafklaret forandringsproces på din arbejdsplads? Hvis ja, er du i overhængende fare for at blive ramt af hyperstress. En ny og farlig form for stress, som rammer dig, hvis du kører i et opskruet hypergear alt for længe. Resultatet er i bedste fald de klassiske stresssymptomer: faldende livslyst, arbejdsglæde og i værste fald sygdom og død. Modgiften er en åben samtalekultur, hvor der er klare retningslinjer og klare forventninger for, hvem der skal hvad hvordan og hvor meget. Kort sagt, at alle i fællesskabet bliver enige om, at det hele skal være en smule mindre opskruet og mindre hyper.

Fokusset var her på belastninger i arbejdet, arbejdspresset, mangel på indflydelse og

udviklingsmuligheder i arbejdet. Den "kur", der blev anbefalet af stort set alle sagkyndige, fokuserede på øget involvering af de ansatte, mere indflydelse og ansvar, bredere inddragelse af de menneskelige ressourcer, et mere socialt arbejdsmiljø og øget fokus på personlig udvikling.

Alle de ting fik arbejderne. I dag er arbejdet blevet meget mindre fysisk hårdt, og arbejderne har fået indflydelse på deres hverdag. Har det hjulpet? Ikke rigtigt. For løsningerne er blot blevet til nye problemer. Hvad der er tragikomisk. Det, som skulle helbrede stress, er netop det, som skaber stress i dag. Overalt, hvor det vidensbaserede arbejde vinder frem, ses den samme udvikling. Nu er det friheden og det grænseløse, som stresser. Hvordan kan det være? Svaret er hyperstress.





## Klinisk socialpsykologi: Casestudier

Denne antologi har til formål at give sig i kast med flere – ganske vist dialektisk forbundne – erkendelsesspørgsmål med henblik på en mere fyldestgørende, dynamisk og nuanceret forståelse af det arbejdsbetingede sammenbrud.

Antologien udspringer af en oplevelse af, at der er sket nogle afgørende ændringer i de belastninger og belastningsreaktioner som vi møder i en arbejdspsykologisk behandlingsmæssig sammenhæng.

Ændringer som medfører, at vi i arbejdet med stress og med stresssammenbrudte mennesker støder på nye belastninger og belastningsreaktioner.

Samtidig synes de stress-sammenbrudtes psykiske struktur at være mere grundlæggende ramt af depression, angst eller identitetsrelaterede lidelser. Disse forandringer betyder, at det ikke længere

giver mening snævert at beskæftige sig med stress og stressreaktioner. Der er behov for mere udbyggede teorier og forståelser af det psykiske indenfor det arbejdspsykologiske område. En mere præcis forståelse af det psykiske sammenbrud og lidelserne i det moderne arbejdsliv forudsætter en dybere indsigt i de psykiske og socialpsykologiske mekanismer og processer, der udfolder sig hos den enkelte og i kollektivet, som reaktioner på belastninger i arbejdslivet.

Tilsvarende er der behov for, at arbejdsmiljø-psykologien bliver informeret af en mere udbygget og fyldestgørende organisationsteori, bl.a. fordi organisatoriske og sociale strukturer og processer ofte synes at spille en central rolle for stressprocessens karakter, forløb og konsekvenser.

Antologien er bygget op omkring 4 casestudier. I forlængelse af hver af disse følger et kapitel, hvor der fokuseres på en enkelt af de psykiske problemstillinger der viser sig i casene. Dette sker med afsæt i nyere forskning indenfor den eksperimentelle socialpsykologi og/eller evolutionspsykologi.

---

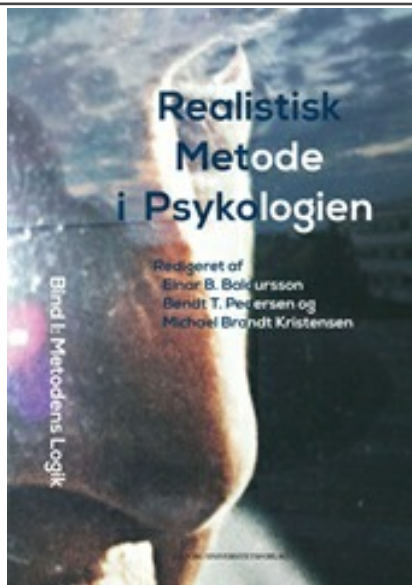
# Realistisk Metode i Psykologien.

## Bind I: Metodens Logik

Antologiens ærinde er grundlæggende at opfordre til - samt give bud på et konceptuelt fundament for - en vurdering af den rolle forskningsmetoder spiller i udforskning af den verden, vi lever i, på de betingelser, som denne verden stiller. Afsættet er både en kritisk stillingtagen til ren empirisme, og forsøgene på at overbelaste forskningsmetoderne med videnskabsfilosofiske forståelser. Der hvor empirismen reducerer metoden til protokol, er problemet ved de videnskabs-filosofiske forståelser, at der stilles krav til metoden, som den hverken kan eller skal løfte.

Der søges således en logik i og for metoden. En metodologi der erkender at det ofte er metoden der åbner for forståelse, hvilket indebærer et opgør med den antagelse at forudgående teori altid er præmissen for den efterfølgende forskning. Ny forskningsteknologi åbner for nye forståelsesmuligheder, og nye måder at anvende bestående teknologi på gør det også.

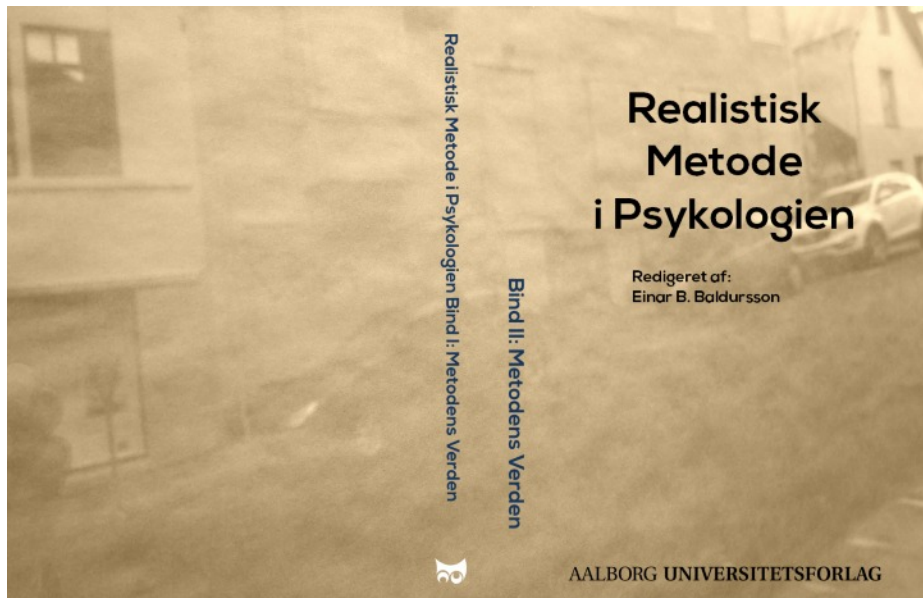
Projekt handler således både om at frigøre forskningsmetoder fra videnskabsfilosofien, således at den kan stå på egne ben, og som følge af det åbne for en diskussion om hvordan forskellige metoder og teknologier, enten hver for sig, eller i kombinationer åbner nye perspektiver på verden. Ifølge denne forståelse er det primære problem ved den gængse opdeling i kvantitative og kvalitative metoder, at en kunstig skelnen etableres for en praksis der aldrig kan nøjes med simple dikotomier. Alle forsøg på at klassificere forskningsmetoder og teknologier bryder sammen under pres fra metodens kreative og foranderlige virkelighed.



Det første bind, der foreligger her "Metodens Logik" fokuserer primært på de forståelser dette perspektiv lægger op til. I bind II "Metodens Verden" handler diskussionen i højere grad om de spørgsmål og udfordringer der opstår når metoden møder verden.

Som det hører sig til i et projekt der handler om kreativ forskningspraksis indebærer teksterne righoldige henvisninger til og diskussion af forskningens faktiske, og ofte pudsige, men aldrig banale praksis. Bogen henvender sig til alle der interesserer sig for forskningsmetode og metodens logik. Bogen udgør gennem sine bidrag et forsøg på at frigøre metoden. Denne frigørelse gælder både simple dikotomier og rigid manualisering, samt normative videnskabsteoretiske antagelser. Den henvender sig derfor til forskere og studerende både indenfor psykologien og tilstødende videnskaber.





Antologiens bind II der udkommer i efteråret 2015 på Aalborg Universitetsforlag, følger i fodsporet på det forrige bind "Metodens logik"

I bind II "Metodens Verden" handler diskussionen i højere grad om de spørgsmål og udfordringer der opstår når metoden møder verden.

Som det hører sig til i et projekt der handler om kreativ forskningspraksis indebærer teksterne righoldige henvisninger til og diskussion af forskningens faktiske, og ofte pudsige, men aldrig banale praksis. Frisættelsen af metoden fra filosofien, føres her et skridt videre.

Ifølge den ortodokse model, går vejen fra epistemologi og ontologi, til teori, derfra til hypotese og aller sidst indtræder metoden. I bogen undersøgelse et andet perspektiv. Her ansues forskningens verden ud fra et standpunkt, hvor man (oftest) starter med kombinationen af metoder. Derefter undersøges og beskrives fænomenerne. Beskrivelsen af fænomenerne medfører

udformningen af modeller. Modellerne skaber en scene, hvor teorierne kan indtræde.

Denne forståelse ignorere ikke ontologien, men dens rolle er, i form af realisme og naturalisme, at optræde som heuristik. Det vil sige som principper eller tommelfingerregler, der har vist sig at være enestående anvendelige i videnskabelig forskning. Bogen omfatter bl.a. artikler af Roy Pawson og Ronald Giere. Pawsons opgør med den kritiske realisme og Gieres præsentation af perspektivismen, har spillet en stor rolle for de projekt de to bøger fokuserer på.

De to bøger udgør gennem sine bidrag et forsøg på at frisætte metoden. Det handler også om at italesætte metodens særskilte og selvstændige betydning i forsknings processen. Den henvender sig derfor til forskere og studerende både indenfor psykologien og tilstødende videnskaber.