



ODENSE  
KOMMUNE

# DIALEKTISK ADFÆRDSTERAPI

For unge

**Fremskudt psykiatri**

Odense Kommune | Børn- og Ungeforvaltningen

Sundhed- og Forebyggelsesafdelingen

## HVAD ER DIALEKTISK ADFÆRDSTERAPI - DAT-UNGE?

DAT er en behandlingsform, hvor gruppeundervisning kombineres med individuelle samtaler. Forskning har vist, at behandlingsformen især er velegnet til personer, der oplever store udfordringer med at regulere følelser og fastholde sociale relationer. Hos disse unge vil der ofte være en oplevelse af vanskelige hverdage præget af mange konflikter.

## MÅLGRUPPE

Dialektisk adfærdsterapi til unge er et forebyggende behandlingstilbud hørende under projekt Fremskudt psykiatri og omfatter målgruppen 13-17-årige og deres forældre, hvor:

- Den unge har lettere til moderate problemer med at regulere sine følelser og adfærd
- Emotionel dysregulation er et centralt element i den unges problemstilling
- Den unge ved forsamtale er fundet egnet til at indgå i tilbuddet

For at kunne deltage i behandlingsforløbet må den unge ikke have en psykiatrisk diagnose, som bør varetages i Børne- og Ungdomspsykiatrien, være svært mentalt retarderet, være i øget risiko for selvmordsadfærd, have en spiseforstyrrelse eller misbrug i behandlingskrævende grad.

## HVORDAN HENVISES TIL DAT-UNGE?

Unge og familier, der kan indgå i behandlingstilbuddet, henvises hertil gennem fagperson; socialrådgiver, psykologteam, psykologer i SoF eller FoV og / eller ved kontakt til Psykolog Kim Juul Larsen (20 13 60 73) eller Børne- og ungelæge Vibeke Gangelhoff Thomsen (23 62 09 90). Gennem en forsamtale vurderes om den unge kan starte i et DAT ungeforløb.

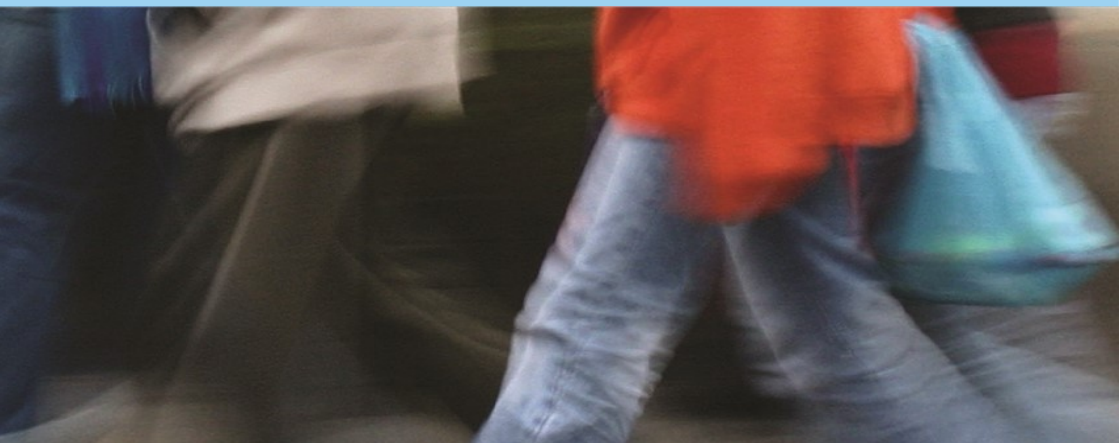
### TERAPIFORMEN:

Terapiformen anvendes i dag også til behandling af en række adfærdsforstyrrelser, til at understøtte regulering af følelser samt til fremme af hensigtsmæssig adfærd. Der er en voksende interesse for behandlingen i kliniske sammenhænge. DAT- unge programmet, anvendt i tilbuddet, er særligt tilpasset unge, deres forældre og læringsmiljøet.

### BEHANDLINGSTILBUDET

Behandlingstilbuddet består af et individuelt samtaleforløb af otte samtaler samt et gruppeundervisningsforløb på 16 sessioner. En eller begge forældre skal deltage i alt fire gange af to timer, i et separat undervisningsforløb kun for forældrene. Dette forløb foregår på samme tid som de unges gruppeforløb .

Gruppeundervisningen foregår ud fra et tilrettelagt program, som har til formål at reducere udfordringer med følelsesregulering samt styrke sociale relationer og mere hensigtsmæssig adfærd. I tilbuddet tilstræbes der endvidere et tæt samarbejde med læringsmiljøet.



## OM BEHANDLINGEN

I gruppeforløbet undervises der i færdigheder indenfor fem specifikke områder:

- Hold-ud-færdigheder: At kunne udholde svære situationer
- Følelsesregulering: At kunne regulere sine følelser på en hensigtsmæssig måde
- Opmærksomhedstræning: At kunne være opmærksom, nærværende og bevare fornuften i pressede situationer
- Relationsfærdigheder: At kunne skabe og vedligeholde gode relationer til andre
- Gylden middelvej: Strategier til adfærdsændring samt modvirke sort/hvid-tænkning

Der er to undervisere til stede ved hver gruppesession, og der er tæt samarbejde med de behandlere, der varetager det individuelle samtaleforløb samt så vidt muligt med læringsmiljøet i skolen.

### TAVSHEDSPLIGT I GRUPPEN:

Dette betyder, at de oplysninger og den viden deltagerne får om hinanden ikke må meddeles til andre udenfor gruppen.



## OM GRUPPEN

Grupperne mødes hver tirsdag eftermiddag kl. 14.00-16.30

- Grupperne består af op til 8 unge i hver gruppe i alderen 13-17 år
- En eller begge forældre skal deltage i alt fire gange af to timer, i et separat undervisningsforløb. Disse undervisningsgange ligger på samme tidspunkt som ungegrupperne
- Der er hjemmearbejde til hver gruppesession i form af øvelser, hvor der trænes i brug af færdigheder
- Der er løbende optag til gruppen

Sideløbende med gruppesessionerne går den unge til individuelle samtaler ca. hver anden uge.

I de individuelle samtaler har den unge mulighed for at arbejde med netop sine vanskeligheder med udgangspunkt i de færdigheder, der undervises i i gruppen.

Ved individuelt vurderet behov er der mulighed for et ergoterapeutisk forløb.

Det er vigtigt, at den unge forpligter sig til at deltage i forløbet og møder stabilt op. Stabil forældredeltagelse i de fire gruppesessioner er ligeledes vigtigt.

## HVEM ER VI?

Det Terapeutiske Team i Sundhed- og Forebyggelse i Odense Kommune består af:

- Psykologer
- Børn- og ungelæge
- Ergoterapeut
- Familiebehandler

DAT-unge gruppen og det individuelle forløb varetages af Det Terapeutiske Team.

## HER FINDER DU OS

### **Odense Kommune**

Børn- og Ungeforvaltningen

Tværfaglig Sundhed- og Forebyggelse

Ørbækvej 100, Blok 1, Indgang A

5220 Odens SØ

## KONTAKT OS

**Vibeke Gangelhoff Thomsen**

Tlf. 23 62 09 90

**Kim Juul Larsen**

Tlf. 20 13 60 73

