

# **SKAM - ”ÖVERLEVARBLICK” - SJÄLVBESTÄMMANDE**

Välkommen till en tredagars fördjupning i bemötande av traumatiserade barn, ungdomar och vuxna som bär på ett lidande.

För att kunna bemöta traumatiserade på ett respektfullt sätt och stödja dem i att höja känslan av självbestämmande behövs kunskap om hur de upplever sin vardag. Utifrån denna kunskap kan vi också arbeta med gränser och konflikter på ett sätt som leder fram till en mer trygg och förutsägbar vardag för både barn, ungdomar och vuxna.

## **Dag 1**

### ***Hur kan vi känna igen och förhålla oss till skammens uttryck?***

Skam och skamlöshet står ofta i vägen för ett deltagande i det sociala såväl som i det privata fältet.

Skam aktiverar en upplevelse av att vara maktlös, d v s inte kunna påverka någon annan eller en situation. Frågorna som aktualiseras är: Vad skäms personen för? och Inför vem skäms personen?

## **Dag 2**

### ***Hur kan vi förstå, bemöta och förhålla oss till en ”överlevareblick?”***

De traumatiserade bemöter andra utifrån en ”överlevareblick”, d v s misstro och försök till kontroll på grund av att inte kunna lita på någon. Allt är inriktat på att försöka överleva varje situation och möte med andra människor.

Personalens uppgift är att motverka utanförskap, exkludering och förnedring. Med andra ord, genom sitt bemötande och förhållningssätt visa att livet är värt att leva.

## **Dag 3**

### ***Hur når vi självbestämmande?***

Alla har behov av att vara självstyrande - upplevelsen att agera utifrån sitt eget intresse och ha valmöjligheter. Det möjliggör närhet och att relatera till andra viktiga personer som upplevs trygga och respektfulla.

Självbestämmande, d v s möjligheter att påverka, innebär att involvera de traumatiserade i beslut och påvisa valmöjligheter. Använda ett språk som visar på val snarare än kontroll.