

Stressforståelse i forhold til mennesker med ASF

- med særligt fokus på voksenlivet

Stress

(Psykologisk Pædagogisk Ordbog)

Stress opstår ved langvarig og opslidende psykisk og fysisk belastning på grund af udtalt forskel mellem krav fra omgivelserne og mulighederne for at opfylde dem og som personen ikke kan tilpasse sig.

Stress kan blandt andet føre til symptomer som....

Vægtmodellen

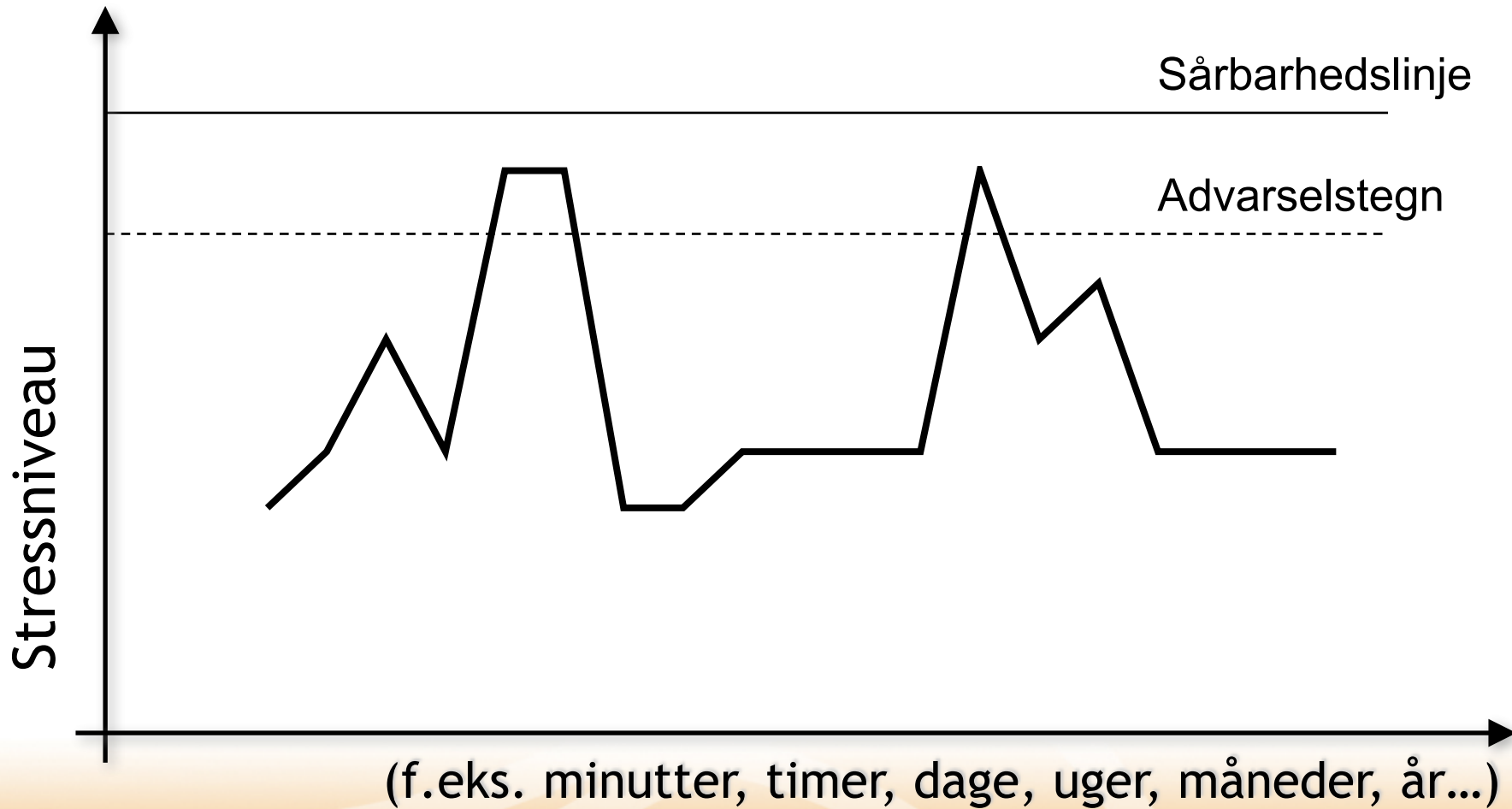


De ressourcer,
du oplever at
have

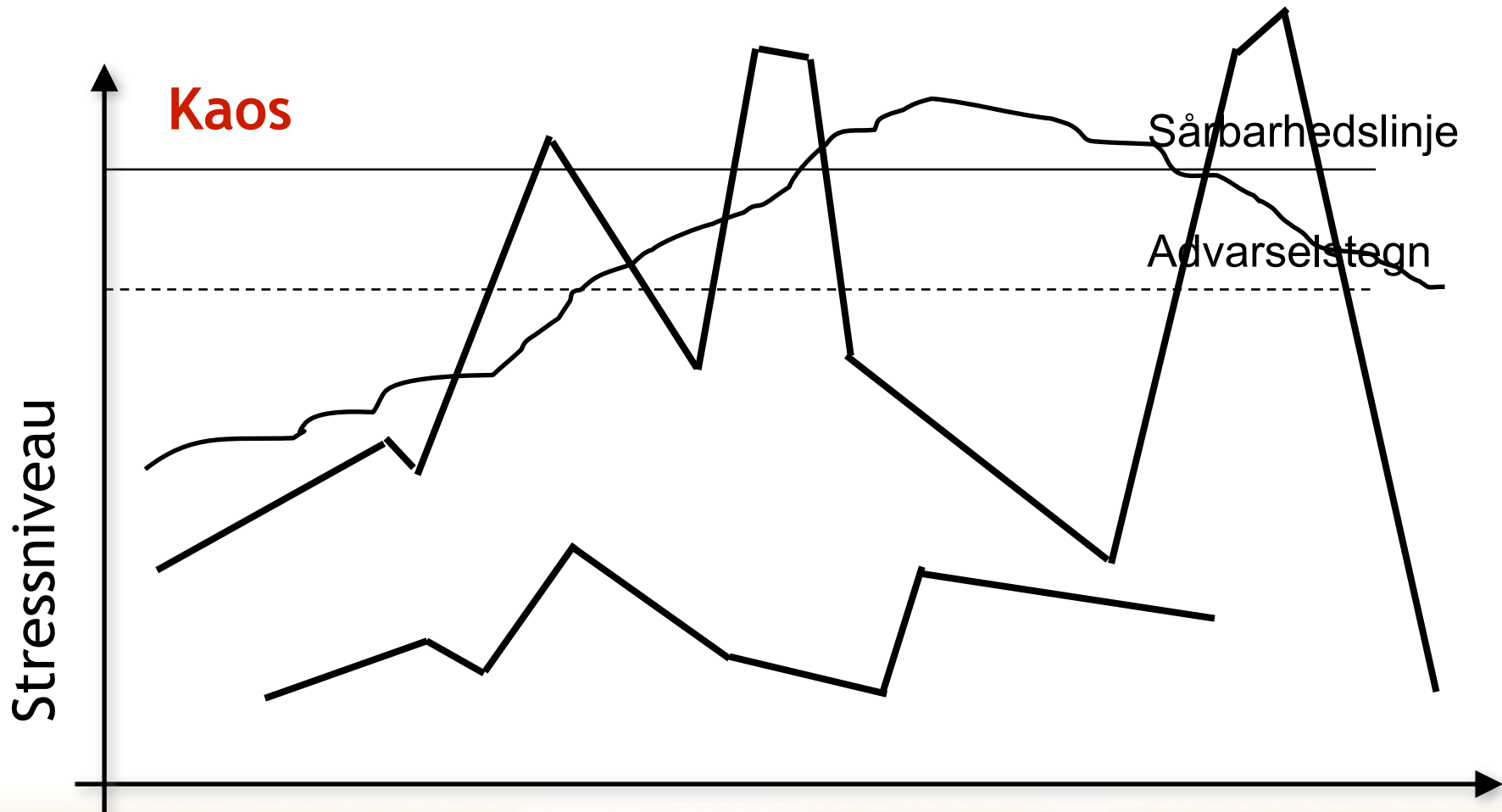
De krav,
du oplever
at stå med

Sopra

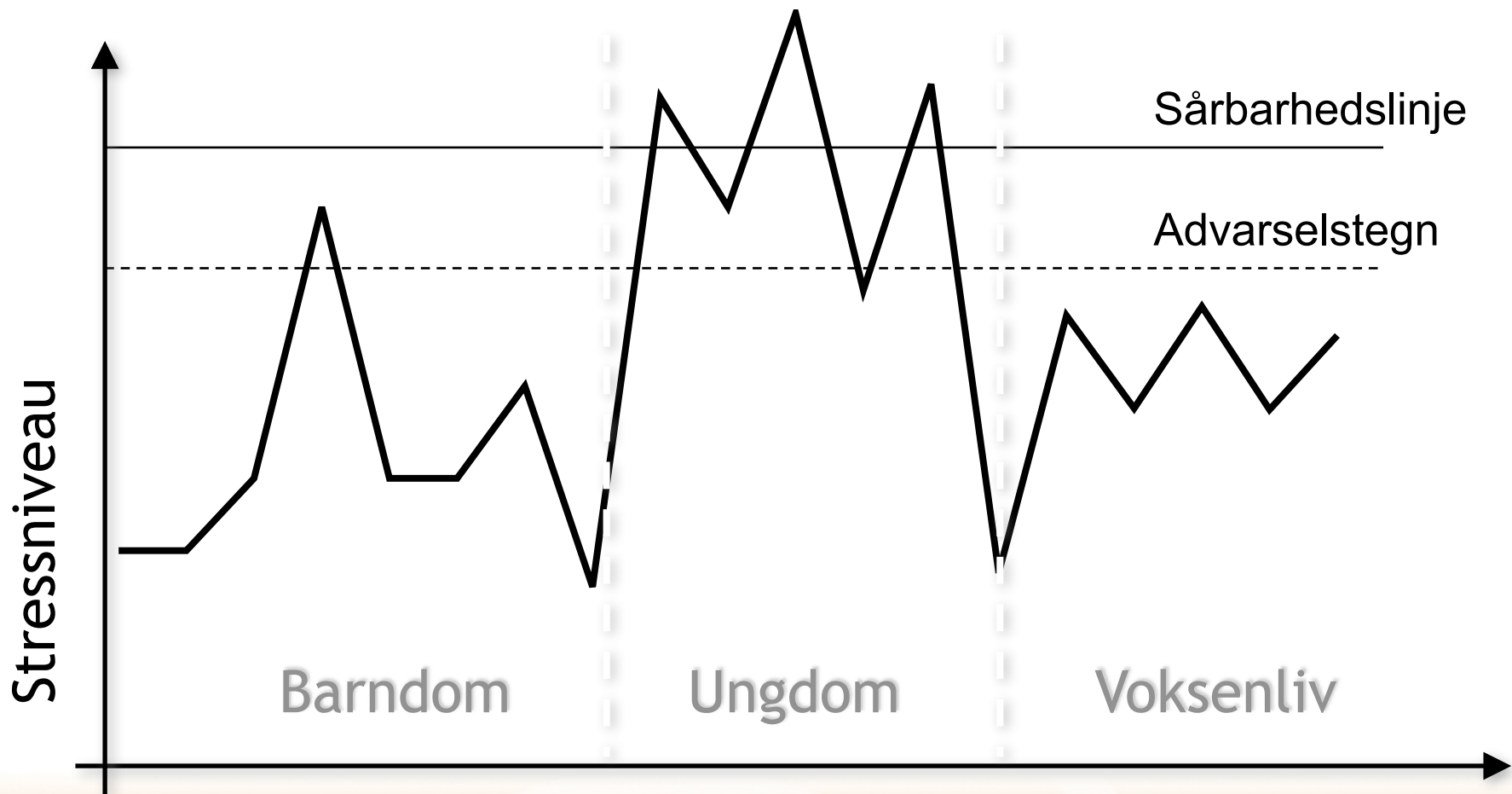
Hejlskov-Uhrskovs stressmodel



Hejlskov-Uhrskovs stressmodel



Stress-sårbarhed



Menneskets forudsætninger i forhold til stress-tærskel

- Lav fleksibilitet
- Svag empati
- Sansefølsomhed
- Lav frustrationstærskel
- Intelligensniveau
- Følgetilstande
- Opmærksomhedsforstyrrelse
- Hyperaktivitet
- Robusthedsgrad
- Livserfaringer
- Tidligere stress-belastninger

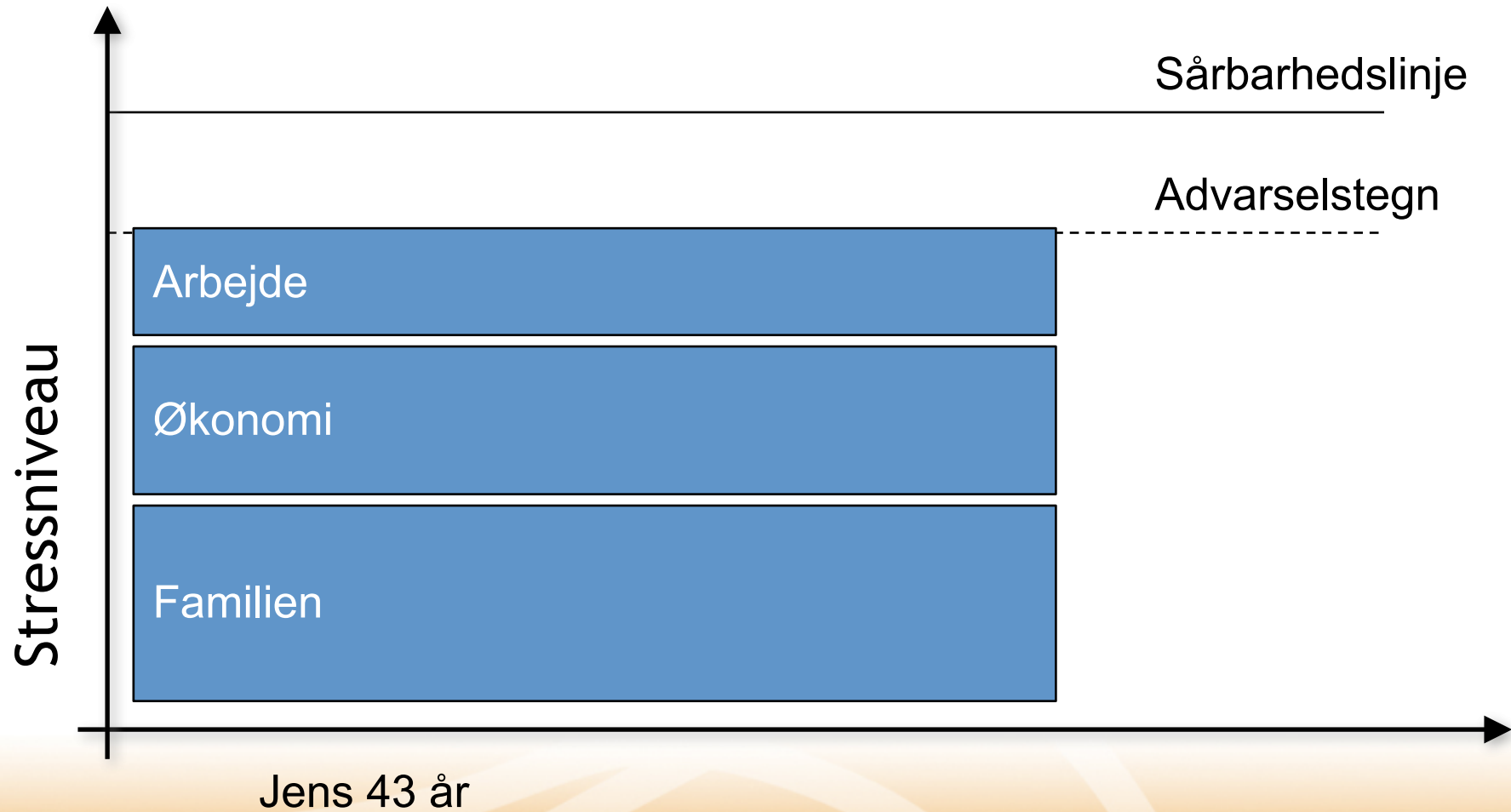
Stressfaktorer

Der er to typer stressfaktorer:

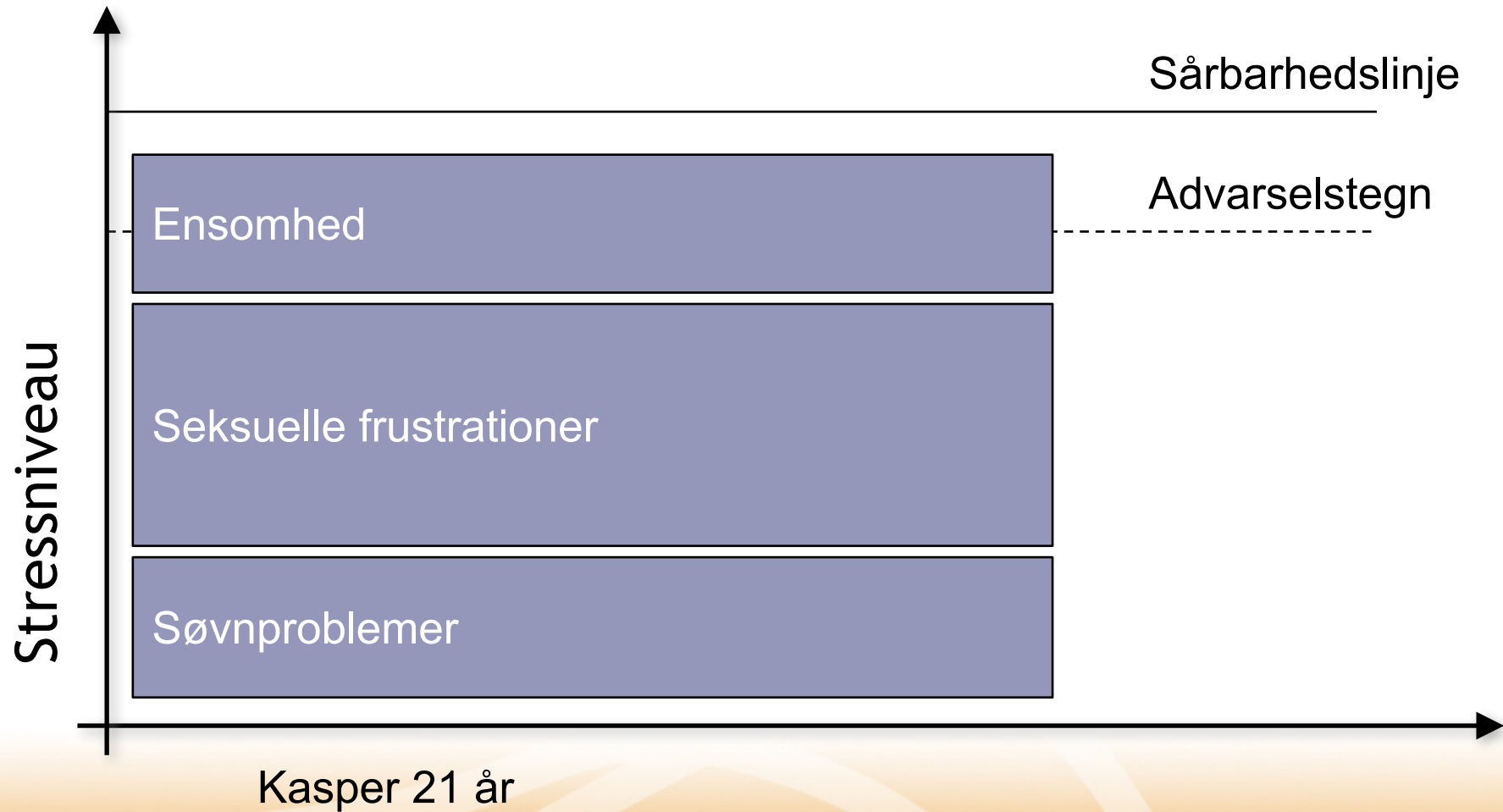
Situationsbestemte

Grundlæggende

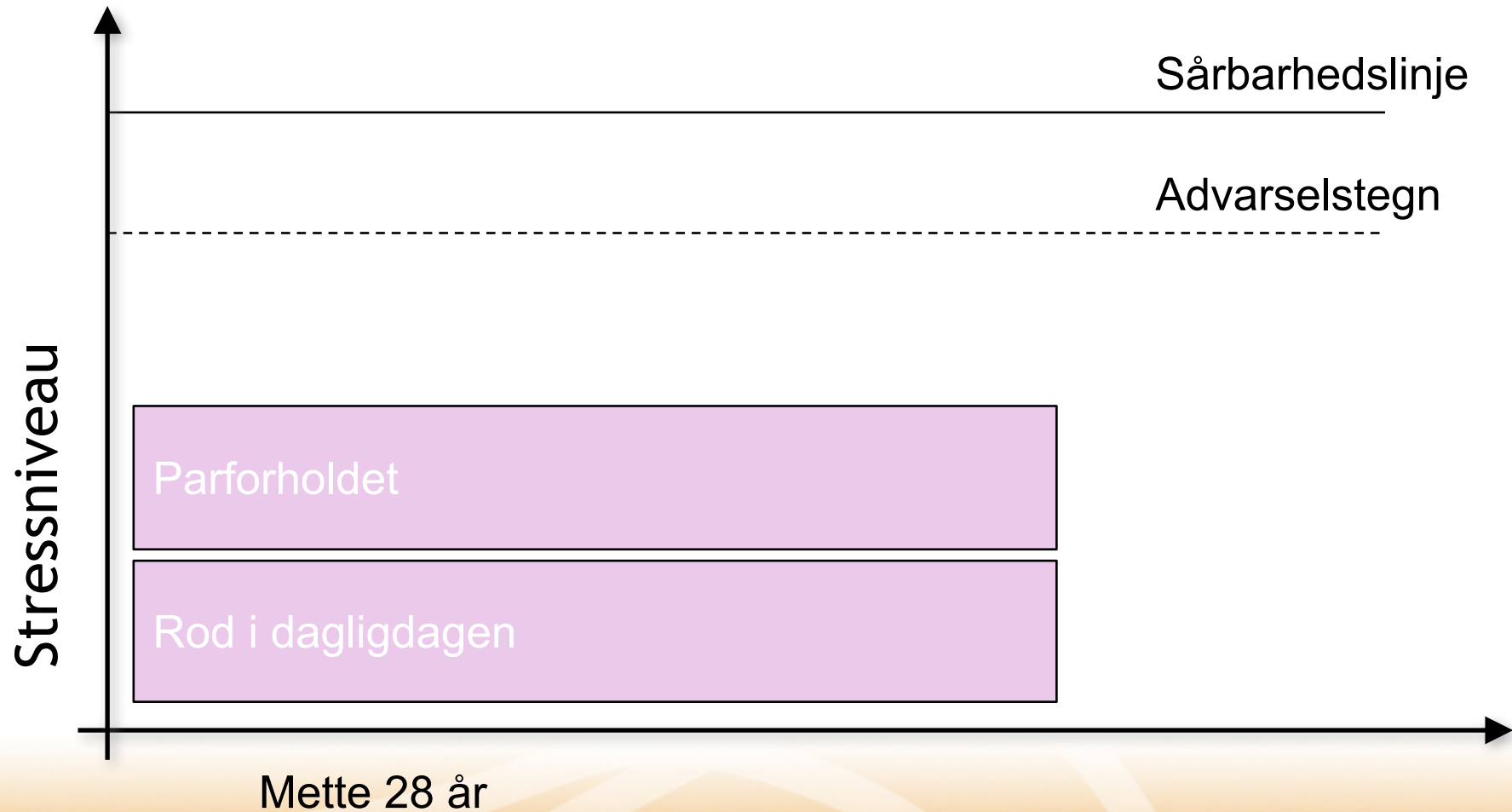
Grundlæggende stressfaktorer



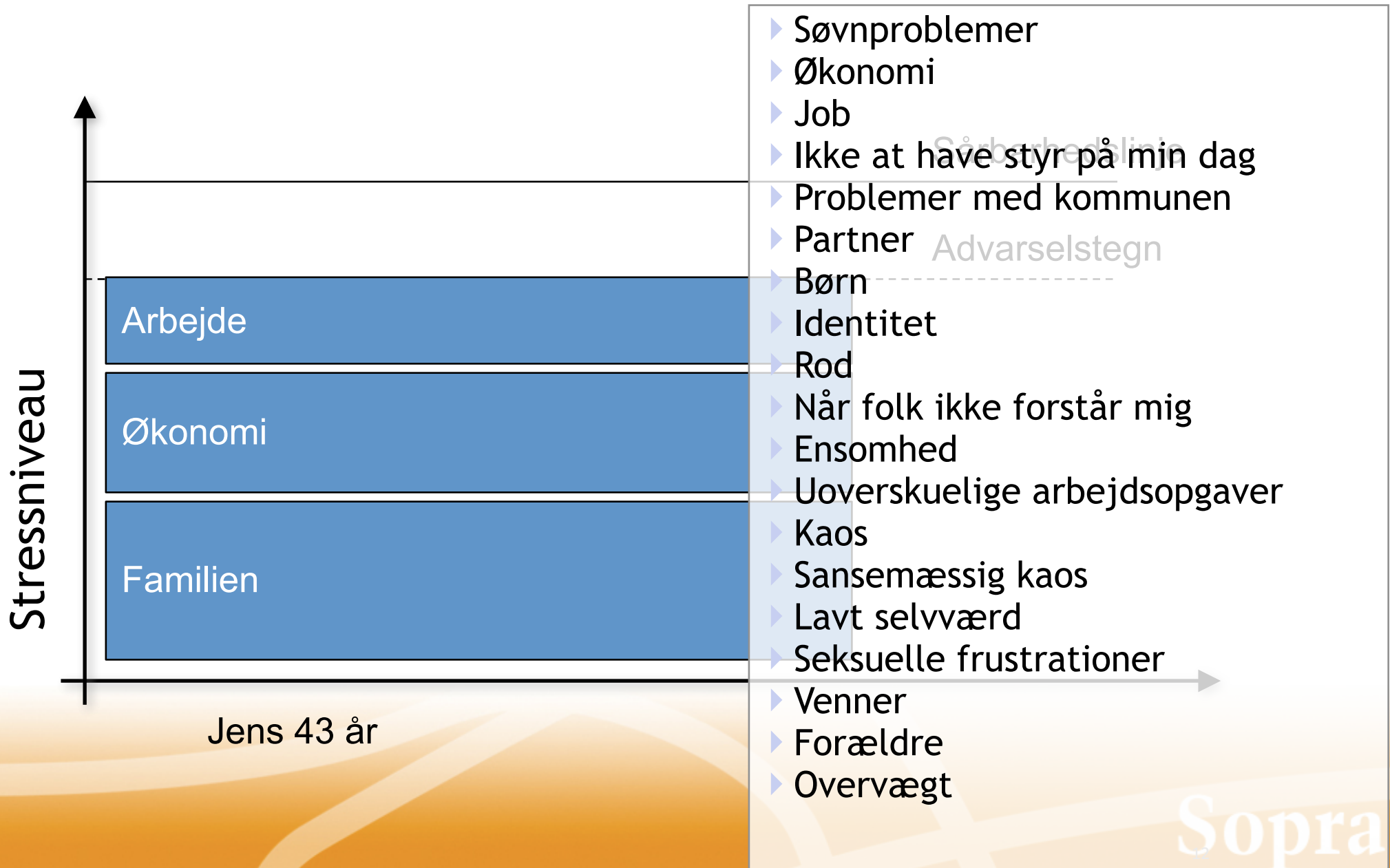
Grundlæggende stressfaktorer



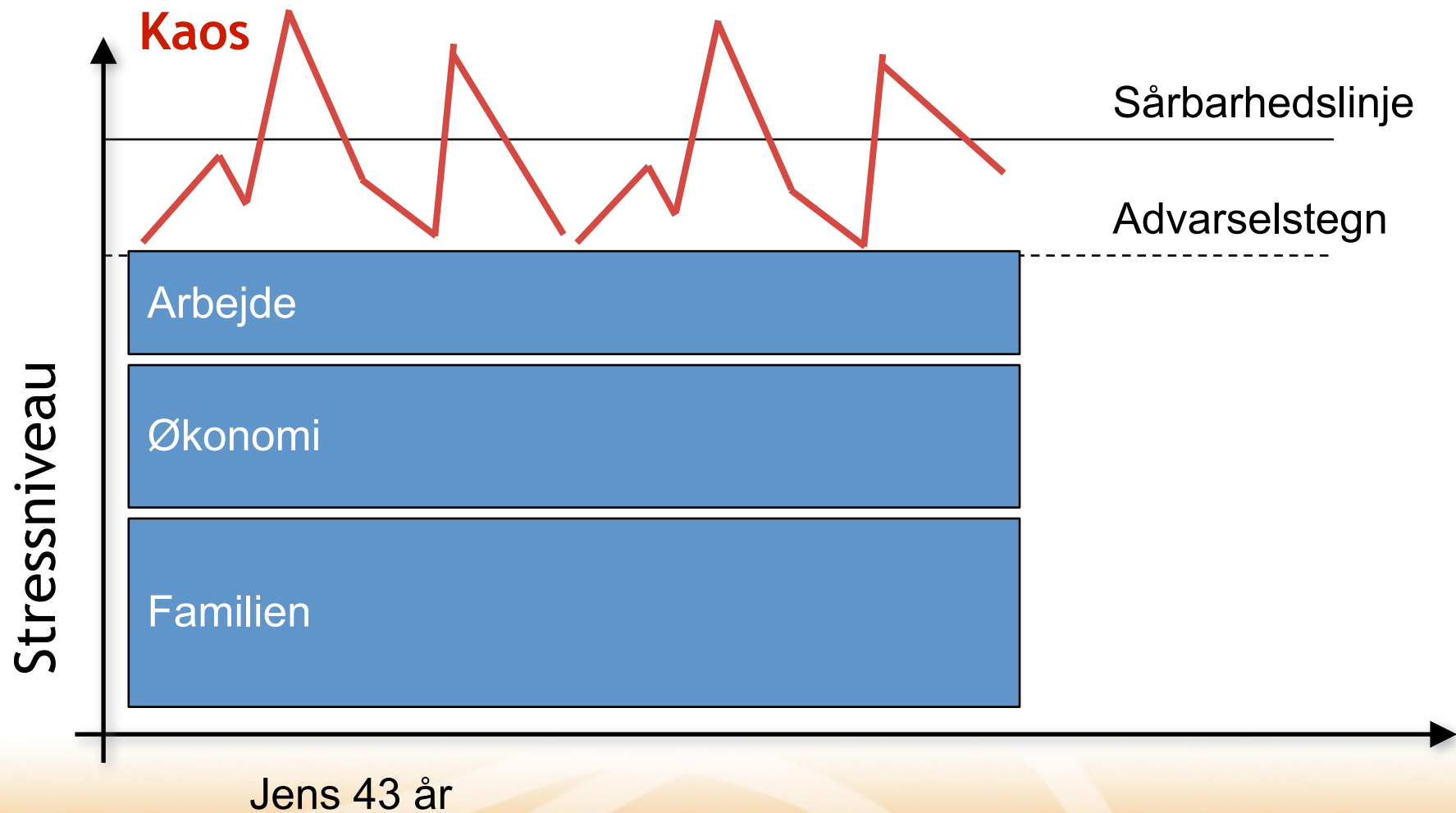
Grundlæggende stressfaktorer



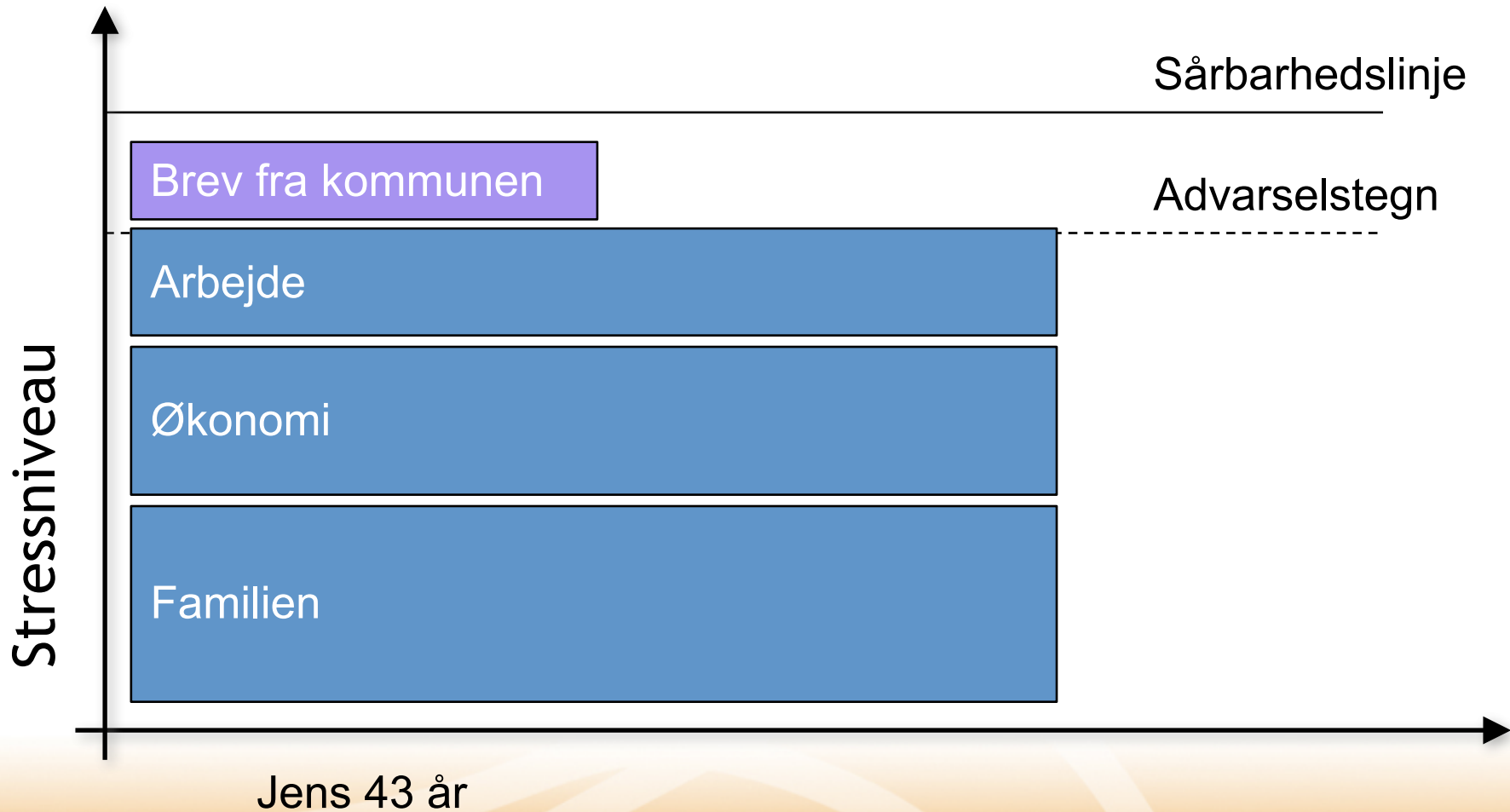
Grundlæggende stressfaktorer



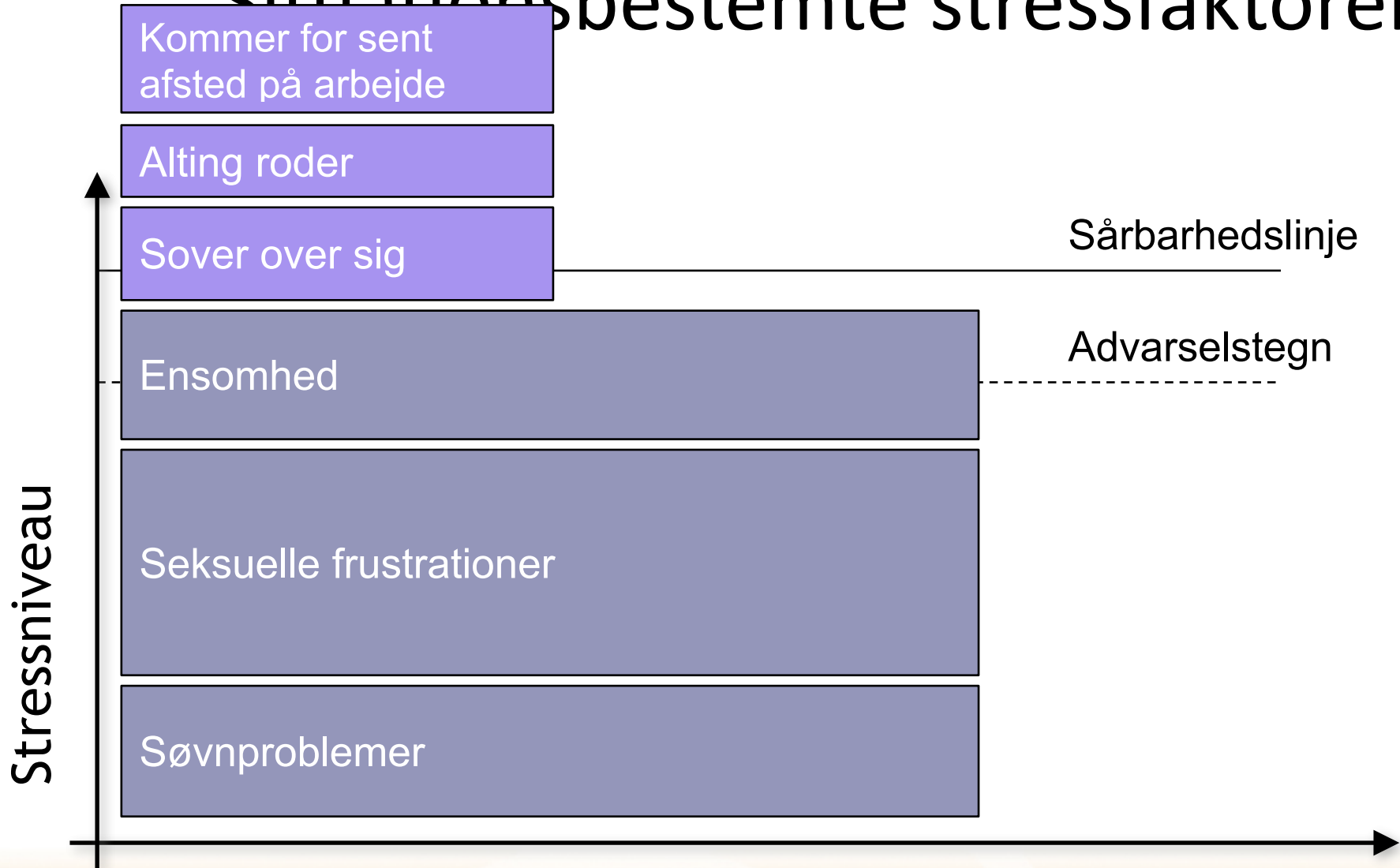
Situationsbestemte stressfaktorer



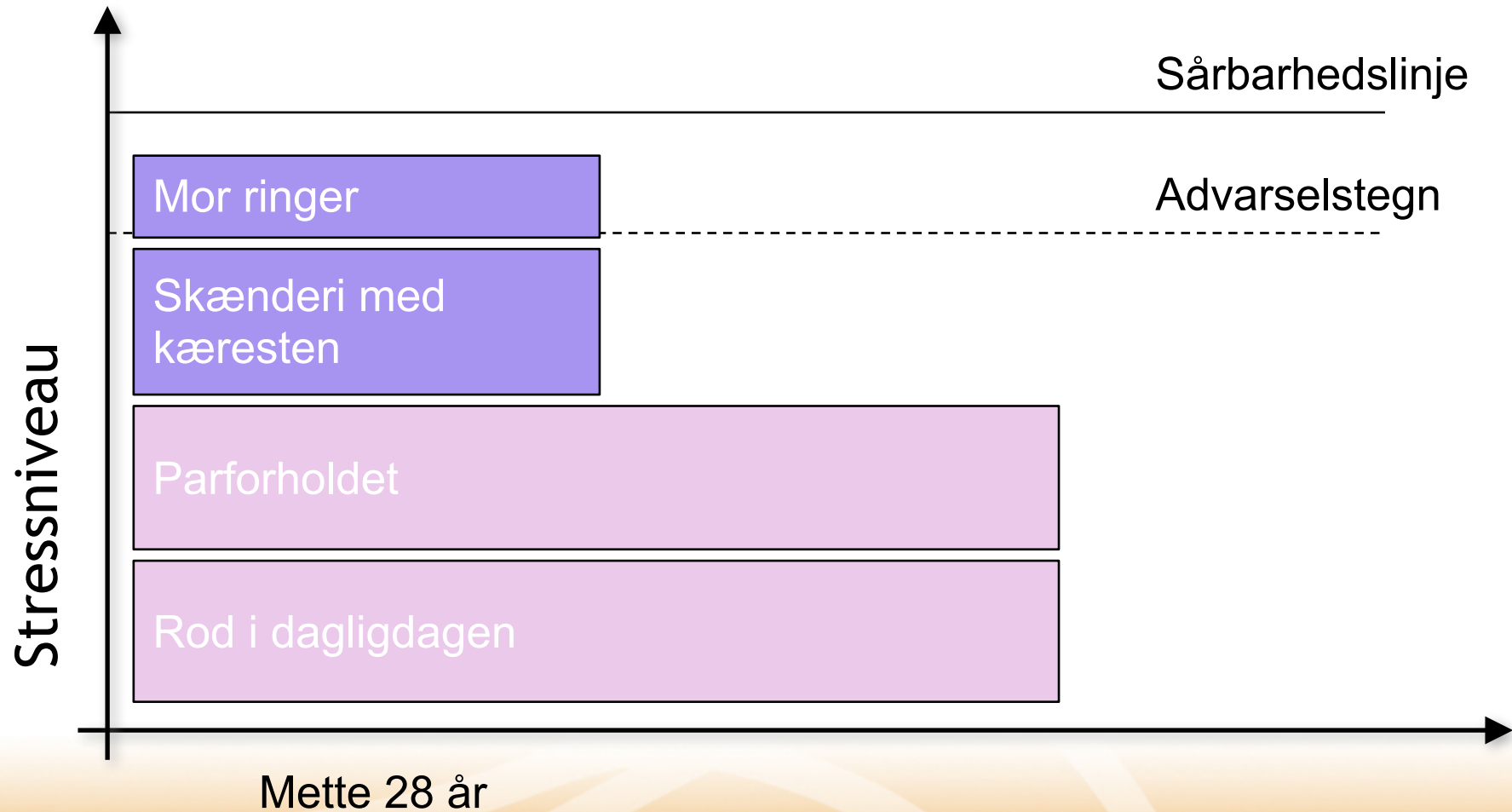
Situationsbestemte stressfaktorer



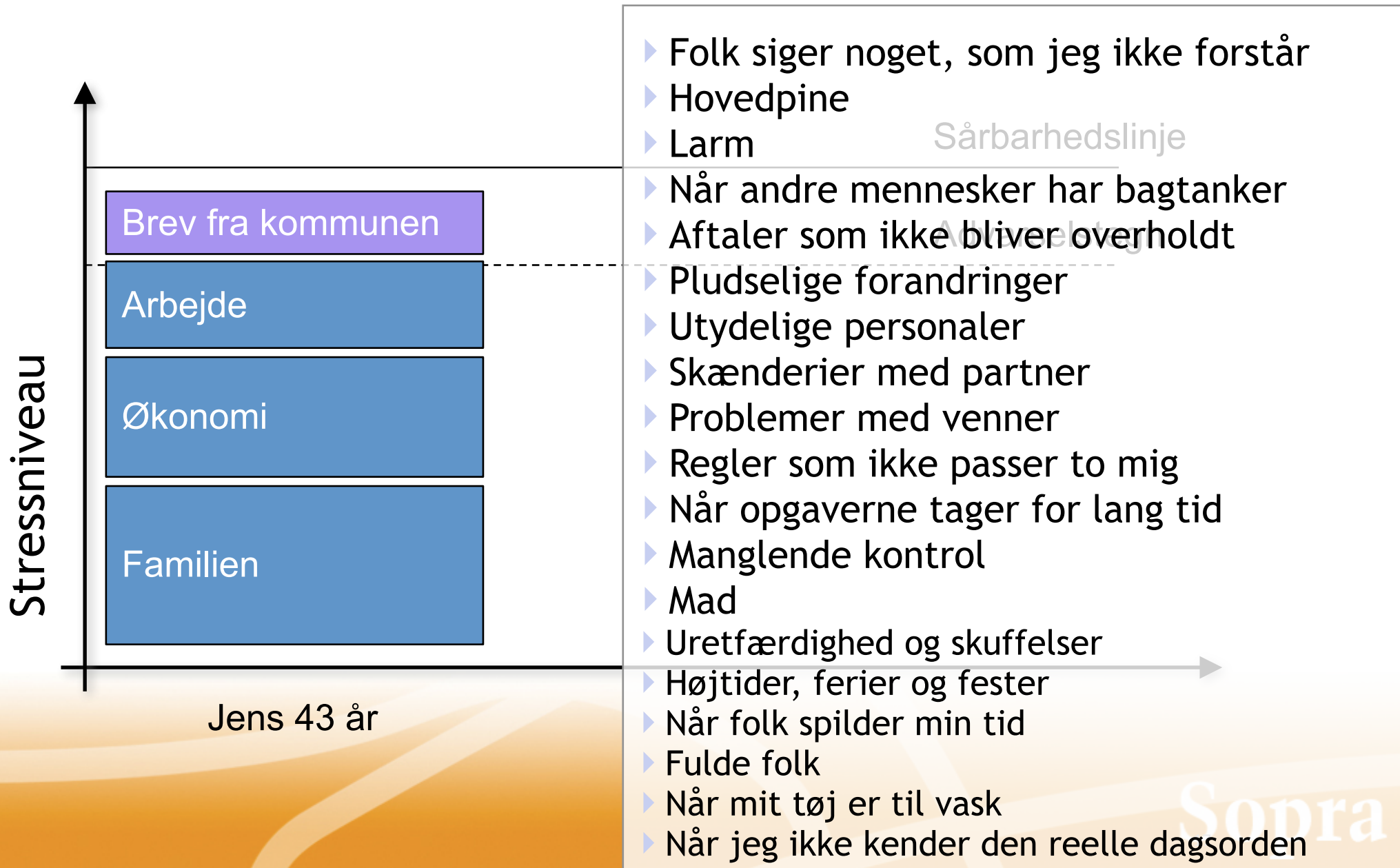
Situationsbestemte stressfaktorer



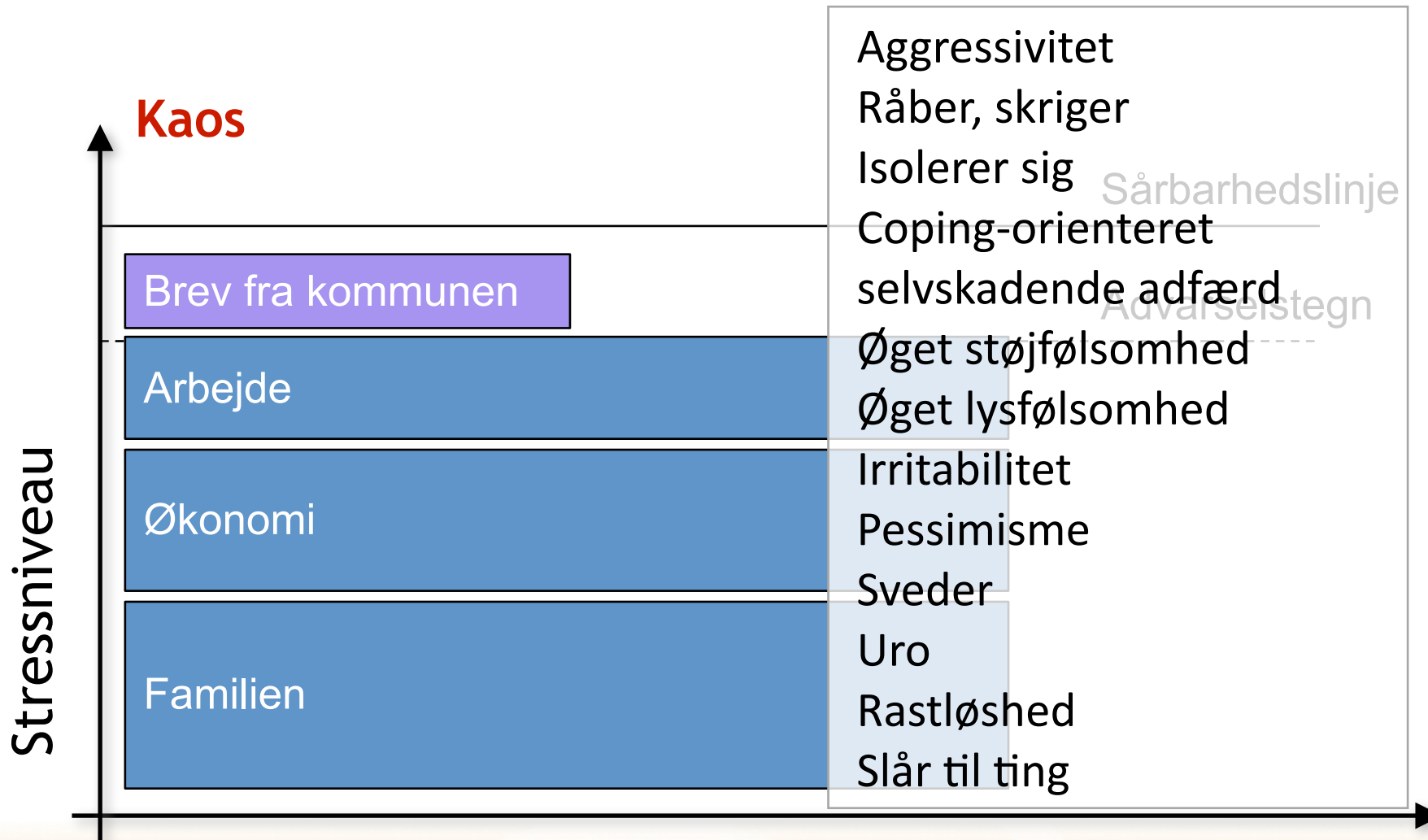
Situationsbestemte stressfaktorer



Situationsbestemte stressfaktorer

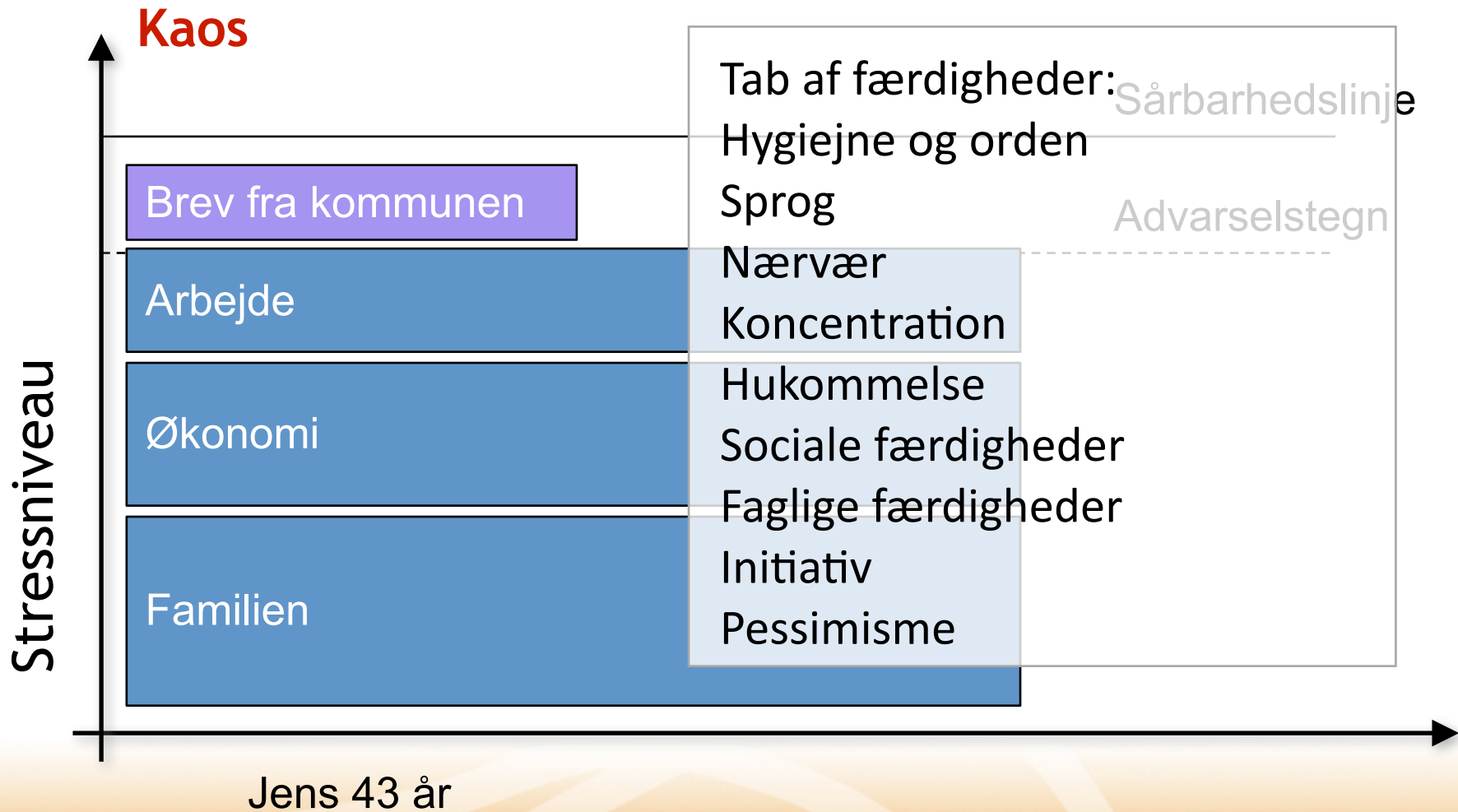


Akutte Advarselstegn

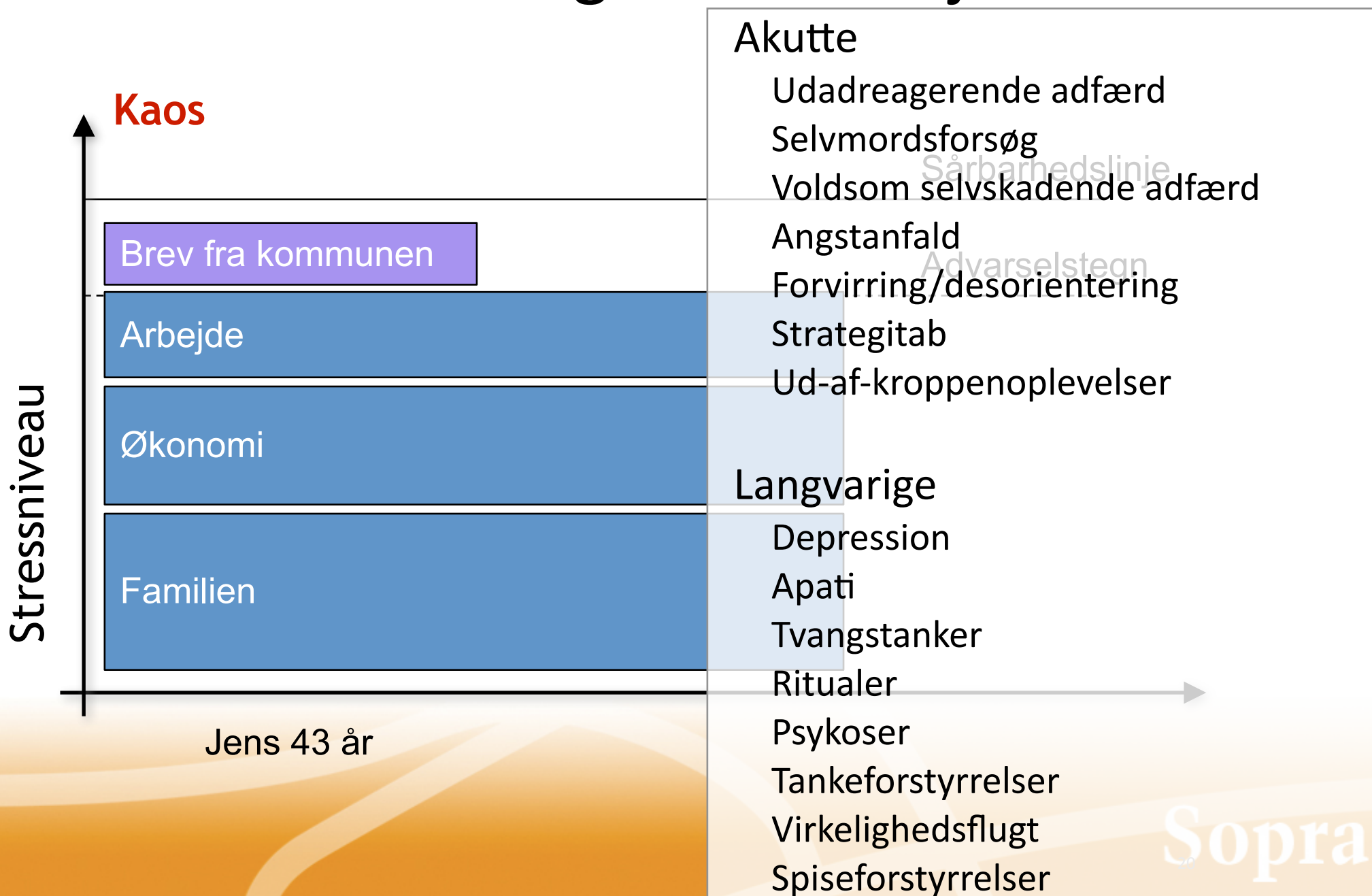


Jens 43 år

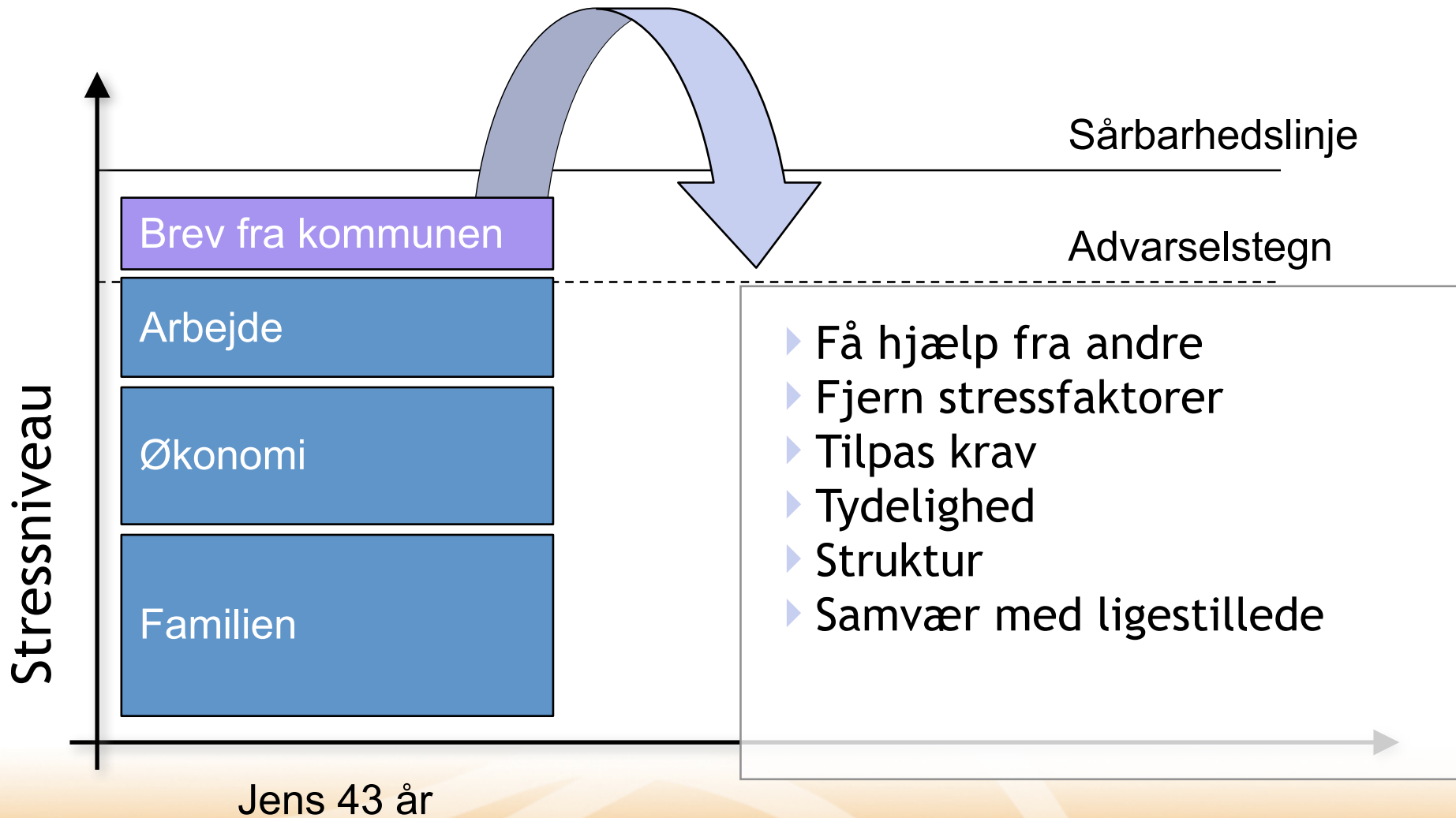
Længerevarende Advarselstegn



Kaostegn – over linjen



Hvad gør man så?



Beskyttende faktorer

