

Artikel til psykoterapeutforeningen

*Inger Poulsen Psykoterapeut MPF
Dansk Institut for Spædbarnsterapi*

Spædbørn rammes også af traumer.

At traumer sætter sig i kroppen hos voksne, er noget, som vi i dag ved.

At spædbørn også kan rammes af traumer er noget, som vi i dag er blevet mere og mere bevidste om. Dette ikke mindst takket være den nyere spædbarnsforskning.

Traumer kan opstå lige fra undfangelsen. Ydermere kan traumer også nedarves i flere generationer.

Det har været svært at finde en behandlingsmetode til de traumer, der opstår før, at barnet har udviklet et sprog.

Spædbarnsterapien er et bud på dette.

Vi skal tilbage til 1998, hvor vi, (Inger Thormann fra Skodsborg observations- og behandlingshjem og Inger Poulsen fra Familiehuset i Horsens, - et psykoterapeutisk behandlingssted til forældre med udsatte spædbørn), i vores daglige arbejde mødte traumatiserede spædbørn, der havde opgivet at indgå i en gensidig relation med deres omsorgspersoner. Ofte havde børnene været udsat for traumer, som de ikke kunne magte, derfor havde de trukket sig i kontakten.

Det var smertefuldt at se deres resignation. De så lige igennem os og var svære at få kontakt med. Vi manglede viden om, hvordan vi kunne frigøre barnet fra den fastlåste situation, som de var i. En fastlåst situation, der gjorde, at de kom ind i en fejludvikling. Vi så, hvordan lyset i deres øjne var slukket. Hvordan de beskyttede sig imod den verden, som gerne skulle støtte dem i deres udvikling. Selv om vi arbejdede med en stabilisering af og omkring barnet, så var det som om, at de sad fast i et traume.

Vi vidste ikke, hvad vi skulle gøre for at nå dem. Ofte lignede de gamle bekymrede mennesker i ansigtet. Det var børn, der med deres håbløse smerte gik os lige i hjertet.

Lad aldrig barnets smerte blive glemt

Vi lod os inspirere af den franske læge og børnepsykoanalytiker Francoise Dolto, som udviklede børnepsykoanalysen i Frankrig. Hun praktiserede i efterkrigstiden bl.a. behandling af traumatiserede spædbørn. Hendes budskab var, "Lad aldrig barnets smerte blive glemt". Dolto var overbevist om, at når barnet sad fast i traumet, så forhindrede det barnets i dets udvikling. Den eneste udvej var i en respektfuld relation at gå ind i traumet sammen med barnet og sætte ord på det, der var sket.

Tidlige traumer forstyrrer hele livet

Modtager barnet ikke terapi, vil det ofte op gennem livet blive ved med at gentage det, som det ikke kan omsætte. Det er som en gammeldags grammofon med en grammofonplade, hvor pickuppen har sat sig fast. Hvor den samme rille blev spillet igen og igen. På samme måde bliver barnet ved med at sidde fast. Ligeså kan en voksen, der er blevet forladt som spæd, blive ved med i sine relationer op igennem livet at udfordres af forladthedsfølelse. Ofte mister den pågældende troen på eget værd og forlader gang på gang sig selv samt lukker af for kontakt og trækker sig. En voksen, der er blevet forladt ved livets start, kan op igennem livet være præget af denne smertelige udfordring.

Er vi opmærksomme, kan vi se samme gentagelse fra traumet i barndommen ved mennesker i alle aldre. Disse mennesker har ofte det til fælles, at de bærer på traumer fra tiden før, de udviklede et sprog.

Behandlingen er den samme, uanset alder. Traumet skal identificeres. Ligesom der nænsomt skal sættes ord på det, der skete.

Det er som om, at disse tidlige traumer udgør "sten i skoene", der hele livet kan forstyrre et menneske. "Kroppen husker".

Alt usagt binder energi

Når et barn får sat ord på det, der er sket, uanset hvad det er, så lytter barnet. Traumet, der indtil da har været uforløst og udefineret, bliver en identificeret del af barnets liv.

Francoise Dolto var kliniker. Hun havde sin viden fra de børn, som hun utrætteligt prøvede at forstå. Hun spurgte sig selv, "Hvad er det, som barnet fortæller os?".

Der skal to til en kommunikation. Vi voksne er ikke altid lydhøre nok.

Vi voksne tror, at vi er lydhøre, men føler barnet sig hørt?

Det er af stor vigtighed, at vi kan sætte os i barnets sted; opfange barnets budskab; tage det ind og give barnet dets budskab tilbage i en anerkendende form, så barnet kan genkende sig selv.

At være psykoterapeut blandt spædbørn er et håndværk, som kan læres, men det kræver lydhørhed, respekt og ydmyghed for opgaven. Det kræver, at terapeuten hviler i sig selv og er autentisk i sit møde med spædbarnet.

Hvordan kan et spædbarn forstå

Det er svært for os at forstå.

Man kan vende det om og spørge sig selv:

”Hvordan kan det være, at vi har antaget, at spædbarnet ikke forstår”.

Francoise Dolto er inspireret af Jacques Lacan, der var stifter af den Lacanske skole i Frankrig. Her var man overbevist om, at et spædbarn forstår intuitivt. At spædbarnet, før det udvikler et sprog, forstår **mere**, end når barnet skal forstå og udtrykke sig via det talte sprog.

Erfaringen viser, at spædbarnet ikke bare forstår det, der bliver formidlet til det, men at formidlingen også har en terapeutisk virkning.

Daniel Stern taler om amodal perception. Spædbørn synes at besidde en medfødt generel evne til at opfatte information, der modtages i én sansemodalitet, og på en eller anden måde oversætte denne til en anden sansemodalitet. Der vides ikke, hvordan de udfører denne opgave.

”Spædbarnets interpersonelle verden”, (side 90-113), 1985, Hans Reitzels Forlag.

Der er rigtig meget omkring det spæde barn, som vi endnu ikke forstår.

Nuværende øjeblikke opstår som perler på en snor

Det ser ud som om, at spædbarnet intuitivt fornemmer. I de situationer hvor terapeuten er i stand til at skabe en terapeutisk bæredygtig gensidig kontakt, og samtidig kan indgå i det intersubjektive felt, som kun kan skabes i nuet, opstår der bevægende øjeblikke. Dette føles ikke kun af barnet, men også af terapeuten. Jeg føler det selv som noget varmt og brusende. Det er som om, at tiden står stille.

Barnets ressourcer opbygges, når denne terapeutiske dimission lykkes. De nuværende øjeblikke opstår som perler på en snor.

Under terapien søger barnet ofte intens øjenkontakt med psykoterapeuten eller forældrene. Det er som om barnet spørger, ”var det sådan, det var?”. Det virker til, at barnet har behov for at forsikre sig om, at terapeuten og forældrene kan være i det nuværende øjeblik sammen med barnet. Vi forbereder forældrene på dette, da det for dem ofte kan virke overvældende. Forældrene opfordres til at blive i kontakten med barnet, indtil barnet giver slip.

Måske undersøger barnet, om det er muligt, ligesom med psykoterapeuten, at indgå i denne gensidige dybe kontakt med forældrene. Forældrene ser, at barnet er klar til kontakt med terapeuten. Dette bliver ofte en øjenåbner for forældrene.

Nogle forældre har efterfølgende fortalt, at deres barn efter terapien insisterer på denne dybere kontakt med forældrene.

Barnet vil ofte gerne være i det intersubjektive felt med terapeuten. Dette er vigtigt for relations dannelsen. Ligesom det styrker den terapeutiske proces.

Det terapeutiske møde

Når det, der kommunikerer af psykoterapeuten, bliver genkendt i barnet, så sker der en heling. Barnet genoptager atter sin naturlige udvikling. Man ser, at de udfordringer, som barnet har

kæmpet med, forsvinder. Det kan være tilbagetrækning, manglende tilknytning, indre uro, stress, modstand imod kontakt, søvn, mad, sygdom og kropslige symptomer.

Det er som om, barnet har været klar til kommunikation hele tiden, men at det har ventet på, at der var en lydhør voksen, der var klar til at indgå i kommunikationen på barnets præmisser.

Forældrenes betydning for spædbarnsterapien

Forældrenes deltagelse i terapien er af stor betydning. Spædbarnsterapi tager sit udgangspunkt i barnet, men det er også terapi for forældrene.

Derfor starter terapien altid med, at forældrene kommer uden barnet og fortæller om barnet. De fortæller om de udfordringer, de som forældre oplever. De fortæller om traumet og om barnets liv fra undfangelsen.

Terapeuten møder forældrene med rummelighed og forståelse. Uanset hvad der er sket, har forældrene gjort deres bedste.

Forældrene kommer yderligere til en samtale, hvor alle terapier ligger klar på skrift. De bliver gennemgået, så forældrene præcis ved, hvad det er, terapeuten vil fortælle barnet.

Terapeuten sikrer sig, at forældrene er trygge ved situationen. Det er vigtigt at forældrene støtter op om barnet og det, der skal ske i terapien. Dermed er alle klar til barnets første terapi, som udføres efter spædbarnsterapiens metode.

Spædbarnsterapiens metode

Metoden er udviklet af Inger Thormann og Inger Poulsen i 1998 inspireret af Françoise Dolto's tanker om børn og psykoanalyse.

Det er vigtigt, at spædbarnsterapeuten har en klar teoretisk ramme og en terapeutisk metode, som spædbarnsterapeuten er tryk ved. Desuden, at terapien foregår i veletablerede og strukturerede rammer. Spædbarnsterapeuten tager direkte kontakt til barnet ved at bruge barnets navn. Derefter præsenterer terapeuten sig med hele sit navn og titel samt fortæller, hvem det er, som har bedt terapeuten om at tale med barnet.

Terapeuten fortæller med enkle ord barnet dets historie og giver barnet sine medoplevelser. Til slut gives barnet et håb.

Ordene og deres betydning i den totale kommunikation

I sin bog "Samtaler om børn og psykoanalyse", 1988, forklarer Dolto følgende.

Ordene er vigtige, ikke bare for barnet, men også for terapeuten, da barnet intuitivt fornemmer den autentiske terapeuts budskab. Der sker en synkronisering, hvor barnet med dets umodne

nervesystem læner sig ind i terapeutens modne nervesystem. Det er som om, at spædbørn forstår mere, end vi kan begribe.

”Kroppen husker” ved, at barnet bliver set, samt at der bliver sat ord på det, der er sket. Herved kommer der system i barnets kaos. Barnets kaos er ikke længere et lukket system, men en identificeret del af livet.

Dolto erfarede, at ved at sætte ord på det traume, som barnet havde oplevet, så blev barnet sat fri. Hvorved barnet kunne finde tilbage til sin egen iboende sunde udvikling.

Samme reaktion ses ved multihandicappede børn.

Susan Hart og Marianne Bentzen beskriver det således i ”Jagten på de nonspecifikke faktorer i psykoterapi med børn”, 2013, (side 26).

I den psykoterapeutiske relation forsøger man at ændre mikroanatomien i barnets hjerne. Når en autonom eller limbisk forbindelse er etableret som et neuralt mønster, så kræver det en autonom eller limbisk forbindelse at ændre den igen. Integration og reintegration af neurale kredsløb kræver, at nervesystemet forbindes med et andet nervesystem, som det indgår i et resonansfelt med. En vellykket afstemning gør det muligt for nervesystemet at udvikle fleksibilitet og integrere neurale mønstre, som spreder sig hierarkisk igennem hele hjernen. Den dyadiske kommunikation giver mulighed for at skabe resonans og sammenhæng i nervesystemet.

Det virker som om, at barnet fornemmer budskabet. Selv det nyfødte barn lytter og reagerer på terapien.

Dolto forklarer det således. Inde i ethvert menneske, uanset alder, er der et subjekt, som forstår.

Vi tænker, at barnet intuitivt forstår stemning og toneleje, men først og fremmest er det vigtigt, at terapeuten støtter en regulering af barnets affekt gennem gensidig dyadisk tilstandsregulering, hvor barnet og psykoterapeuten sammen skaber nye, mere komplekse udvekslinger. Motivation til at etablere følelsesmæssig samhørighed er en medfødt evne. Det opleves som om, at barnet er klar til kommunikation men venter på, at den voksne er klar. Derfor oplever vi måske, at barnet i terapien er yderst lydhør og opmærksom. Nogle forældre finder terapien fascinerende. En far sagde engang, at det var som at være i kirkerummet.

Ingenmandsland

I min klinik modtog jeg Mia på 20 måneder, der helt havde mistet kommunikationen med forældrene, som tydeligvis havde opgivet. Mia tumlede rundt i hendes egen verden. Hun var udad reagerende. Hun vågnede 6-8 gange i løbet af en nat og skreg som et dyr. Forældrene mærkede hendes fortvivlelse, men vidste ikke, hvad de skulle gøre.

Da de kom til første terapi, kastede Mia sig baglæns og dunkede hovedet i gulvet, da de 2 klodser, som hun fandt på vej ind i terapilokalet, ikke ville holde sammen. Hun lod sig ikke trøste, men skreg bare endnu højere i sin afmagt. Forældrene opgav at indgå i en kontakt. De fortalte, hvor

smertefuldt det var, at de ikke måtte røre hende. Det smertede dem, at de ikke måtte trøste hende, når hun var ked af det. Når hun græd, så forholdt de sig passivt.

Forhistorien var, at Mia var født med en deformitet, som skulle opereres lige efter fødslen. Forældrene havde været bange. De havde stået famlende overfor, hvordan de skulle trøste hende. Det havde sat gang i en ond cirkel. Det var som om, at Mia havde opgivet at indgå i en relation med forældrene. Alle var de i "ingen mands land".

I første terapi blev Mia stille og lyttede, da hun mærkede min parathed til gensidig dyadisk tilstandsregulering. Jeg tog direkte kontakt og sagde hendes navn. Jeg fortalte, hvem jeg var, samt at jeg havde talt med hendes forældre om det, der var sket, da hun blev født. Hvordan hun havde været syg og havde været længe på sygehuset.

I næste terapi gentog jeg det vigtigste af det, som jeg havde fortalt i første terapi. Derefter fortalte jeg om forældrenes angst for at miste hende. Hun lyttede og så flere gange op på forældrene. Forældrene fortalte, at søvnen siden første terapi var blevet bedre.

I næste terapi fandt hun hurtigt stolen og viste, at hun var klar til at lytte.

Mia indgik fint med mig i gensidig kommunikation. Forældrene var målløse. Nu så de, at Mia var der, hvis de var i stand til at være der i kontakten med hende. Hun begyndte i terapien at invitere forældrene til kontakt. De blev lykkelige. Mia mærkede deres stolthed og kærlighed til hende.

Efter 5 terapier fortalte forældrene, at hun nu sov igennem. Ligesom de dyriske skrig var holdt op.

De havde ikke siden 1. terapi set Mia kaste sig bagover i afmagt og dunke hovedet i gulvet.

De havde tidligere ikke måttet røre hende eller tage hende op og trøste hende. Nu kom hun selv og ville trøstes.

Mia kunne kommunikere med terapeuten. I nuet opstår der en synkronisering mellem Mias umodne nervesystem og psykoterapeutens modne nervesystem. En synkronisering, der er nødvendig for at Mia bliver set og mødt i det traume, som hun havde oplevet. Den dyadiske kommunikation mellem Mia og psykoterapeuten giver mulighed for at skabe resonans og sammenhæng i nervesystemet. Det er nødvendigt for helingen af barnets traume, at terapeuten går med barnet tilbage og sætter ord på oplevelsen. Først da kan Mia slippe traumet.

Mia var fastlåst i sit traume. Først da det var forløst, så kunne hun tåle kontakten med forældrene. Tidligere var hun så sårbar, at den mindste fejlafstemning fra forældrenes side gjorde hende fortvivlet.

Jeg tænker dog, at det værste for Mia var, da forældrene modløst opgav kontakten.

En traumatisk start på livet sendte Mia og hendes velfungerende forældre i "ingenmandsland".

Hvordan mon Mias liv ville være blevet hvis kontakten ikke var blevet etableret og fejl ud viklingen var fortsat?

Tidlig indsats nytter.

Referencer:

Inger Thormann og Inger Poulsen: *Spædbarnsterapi*. 2013 Hans Reitzels Forlag.
Bogen foreligger oversat til engelsk og grønlandsk.

Francoise Dolto: *Samtaler om børn og psykoanalyse*. 1988 Hans Reitzels Forlag.

Caroline Eliacheff: *Krop og Skrig. Psykoanalytiker blandt spædbørn*. 1994 Borgens Forlag.

Inger Thormann og Charlotte Guldborg: *Med hjerte og forstand. De tidlige anbringelser*. Kap. 5.
2003 Hans Reitzels Forlag.

Conni Gregersen: *Livsmød. Socialpædagogisk og psykoterapeutisk behandling af børn i Grønland*.
2010 Forlaget Milik. Bogen foreligger også på grønlandsk.

Henrik Dybvad Larsen: *Fostrets og fødsels psykologi*. 2018 Pregnant Press.

Tine Thingholm: *Lillebitte Coline – en fortælling om at blive født for tidligt*. 2020 Forlaget
Frydenlund.

Susan Hart og Marianne Bentzen: *Jagten på de nonspecifikke faktorer i psykoterapi med børn*.
2013 Hans Reitzels Forlag.

Daniel Stern: *Spædbarnets interpersonelle verden*. 2001. Hans Reitzels Forlag.

Daniel Stern: *Det nuværende øjeblik. I psykoterapi og hverdagsliv*. 2004. Hans Reitzels Forlag.

Sine Lyons: *Kronisk og længerevarende syge børn- På hospital og hjemme i familien*. 2019 Center
for hospitalsbørn

Filmen Spædbarnsterapi skabt af Anja Dalhoff i samarbejde med Inger Thormann, Inger Poulsen og
Eileen Bouchett. Der forventes premiere i august 2020. Flere oplysninger fås på [www. Danish Doc
Production. \(www.danishdoc.dk\)](http://www.danishdoc.dk)

Dansk institut for Spædbarnsterapi hjemmeside: [www. dansk institut for spædbarnsterapi](http://www.dansk institut for spædbarnsterapi).