

Psykologernes Fagmagasin.

Spædbarnsterapi

En mulighed for heling af tidlige traumer hos mennesker i alle aldre.

Inger Thormann, psykolog

Inspirationen fra fransk psykoanalyse.

Francoise Dolto 1908-1988 grundlagde børnepsykoanalysen i Frankrig. Hun var børnelæge og børneanalytiker, og igennem 40 år arbejdede hun på Trousseau-hospitalet i Paris. Dolto var praktiker, og hun arbejdede med børnene og deres familier. Hun erfarede, at alle børn forstår, når en autentisk terapeut/analytiker taler direkte og sandt til barnet om dets liv. Overskriften over hendes arbejde var: *Lad aldrig barnets smerte blive glemt.*

Dolto havde mange elever, overvejende psykoanalytikere, der ønskede at lære det, som Dolto kunne i sit terapeutiske arbejde med børn og unge. Dolto var utrættelig i sit samarbejde med barnet. Et tidligt traume havde sat barnets udvikling i stå. Traumet blev opsporet, fundet frem af fortrængningens glemsel og italesat. Og barnet oplevede terapien som en forløsning, der frem for alt betød, at det kunne opleve sig friset af det traume, det havde været fastlåst i.

En af Doltos mange elever var Caroline Eliacheff (1947). Hun var uddannet læge, børnepsykiater og psykoanalytiker. Efter at have arbejdet i 15 år på et børnehospital i udkanten af Paris, fik hun ansættelse på børnehjemmet Paul-Manchon i Antony, Paris, hvorfra Francoise Dolto havde modtaget børn siden 1973.

Ligesom Francoise Dolto er Caroline Eliacheff overbevist om, at barnet fødes med sproget i sig, og dermed er det også i stand til at optage og forstå ordene. Hun opfatter sig selv som barnets terapeut, og hun vil gøre det muligt for barnet at symbolisere sine lidelser og forvandle dem til psykiske erfaringer, som det kan tage med sig videre i livet.

Caroline Eliacheff arbejdede fortrinsvis med spædbørn. Hun så, hvor forpinte børnene ofte var blot få måneder gamle, og når hun hørte deres historier, var de fyldt med smerte, svigt og forladthed. Mange var hittebørn, der var bragt til børnehjemmet, nogle var anbragt i adoptionssammenhænge, mens andre havde været udsat for vold og andre alvorlige prøvelser.

De dårlige oplevelser sidder i kroppen, og kroppen husker. Via terapien/psykoanalysen bliver det muligt at fortælle barnet dets historie, og sætte ord på de oplevelser af kontaktbrud og savn som det har oplevet samt videregive årsagerne til dem.

Denne terapeutiske verbalisering giver barnet mulighed for at gennemleve hændelserne og bearbejde sorgen eksempelvis over tabet af de biologiske forældre. Caroline Eliacheff mener, at alt

usagt medfører en spaltning af symboliseringsprocessen. Såfremt der ikke sættes ord på oplevelserne og erfaringerne, bliver barnet fastholdt i symptomerne. Caroline Eliacheffs væsentligste læresætning er: *Alt usagt binder energi*.

Spædbarnsterapien i Danmark

Både Françoise Dolto og Caroline Eliacheff havde skrevet bøger, som var blevet oversat til dansk i henholdsvis 1988 og 1994. Begge bøger gjorde indtryk på os, der arbejdede på Skodsborg Observations og behandlingshjem for små børn.

På Skodsborg havde vi talt med børnene i flere år, men nu fik vi teorien forærende først af Dolto og Eliacheff, og senere fik vi hjælp, af henholdsvis Daniel Stern og Susan Hart, til at forstå, hvad det er, der gør, at selv det helt lille barn forstår, hvad vi formidler til det. På baggrund af sine mange undersøgelser af spædbørn og deres mødre blev det tydeligt for Daniel Stern, at det som barnet forstår, er den samlede kommunikation, ikke ordene *alene*, men alt hvad der indgår i en kommunikation mellem mennesker, som stemmeleje, gestus og mimik.

Jeg lærte Inger Poulsen, psykoterapeut MPF at kende, idet hun opsøgte supervision hos mig. Inger var leder af Familiehuset i Horsens, et psykoterapeutisk behandlingstilbud for sårbare familier. Hvor de også anvendte spædbarnsterapien og dens metode. Sammen oplevede vi så mange overbevisende terapeutiske forløb, at vi måtte fortælle om vore erfaringer til fagfæller.

Vi udviklede i 1998 en model til en spædbarnsterapeutisk behandling. Denne tog afsæt i Doltos behandlingsmæssige ideologier, suppleret af hendes krav om ordentlighed, respekt og autenticitet i mødet med barnet, og tilpasset danske forhold. I 2000 skabte vi "*Dansk Institut for Spædbarnsterapi*". Vores grundbog "*Spædbarnsterapi*" udkom første gang i 2013, og den foreligger nu både på engelsk og grønlandsk. Vi udbyder en etårig efteruddannelse både i Danmark og Grønland, ligesom vi udbyder undervisning, supervision og temadage rundt i landets kommuner.

Dansk Institut for spædbarnsterapi's centrale budskab er: *Lad aldrig barnet være alene med sin smerte*.

Siden vi startede instituttet, er ny forskning kommet til, og ikke mindst den neuroaffektive udviklingspsykologi hjælper os til at forstå, hvad det er, der sker, når et spædbarn forstår og responderer på sit møde med en autentisk terapeut. Vi kan tale om denne proces på flere måder, for eksempel: "Vi er alle en del af hinandens nervesystem", og når en autentisk terapeut taler til et traumatiseret barn, læner barnets umodne nervesystem sig ind i terapeutens modne nervesystem, og herigennem heles barnet.

Susan Hart og Marianne Bentzen beskriver, at kapaciteten til synkroni gennem helt kortvarige øjeblikke af afstemning med en anden, er medfødt. Denne medfødte kompetence er til stede fra livets begyndelse og udvikles gennem erfaringer med at kunne forbinde sig med "en anden". Disse

helt tidlige erfaringer gør det muligt også at synkronisere sig med andre senere i livet og kunne genkende oplevelsen af samhørighed. Det delte fælles intense opmærksomhedsfokus, der skabes i mødeøjeblikkene, gør de vigtige afstemningsprocesser mulige.

I den psykoterapeutiske relation tilstræber vi en kærlig og positiv atmosfære, hvor der skabes mulighed for en positiv afstemning under terapien. Når dette lykkes, kalder vi det, der sker for synkronisering. Kontakten mellem barn og terapeut er i disse øjeblikke meget intens. Barnet responderer på dette, men der er også tale om en hel særlig oplevelse hos terapeuten.

Disse øjeblikke kan virke næsten magiske, men faktisk er der tale om et håndværk, som med træning kan udvikle sig til et kunsthåndværk. Der er således ingen magi. Spædbarnsterapien arbejder systematisk, grundigt og målrettet på at opnå et autentisk terapeutisk møde, hvor konkrete og præcise budskaber kan befordre den mulighed for forandring, som mødeøjeblikket åbner til.

Terapien

Efter at have hørt barnets historie, indlever terapeuten sig i barnets situation. Hvordan var det at være barnet, da det befandt sig i den traumeudløsende situation? Vi ved, at barnets livsnerve er dets biologiske forældre, hvorfor tabet af forældrene, adskillelse ved sygdom, død, anbringelse eller adoption næsten altid giver sig til kende i barnets mistrivsel.

Vi ved, at barnet har en intuitiv fornemmelse af, hvad der er sket lige fra dets undfangelse. Vi ved, at et ufødt barn kan registrere moderens depression, moderens psykiske sygdom, og tilpasser sig til denne. Derfor skal mangel på omsorg i fosterlivet også italesættes i en terapi. Vold og misbrug har også sin plads i barnets historie, og "kroppen husker".

Opbygning af en terapi

Almindeligvis er det barnets forældre, der henvender sig. Det kan også være en kommune eller pædagoger fra en døgninstitution. Der gennemføres først et grundigt interview med forældrene om barnets liv. Forhistorien, graviditeten, fødslen og tidlig spædbarnsperiode. Centrale spørgsmål er, hvorvidt mor og barn har været adskilt, har barnet været i kuvøse, har barnet været i behandling, hvor det nødvendigvis skulle være adskilt fra sine forældre. Hvem har kunnet være i mors/forældres sted osv. Har barnet haft smerter?

Ud fra de oplysninger terapeuten har fået, udarbejdes en terapi som gives til barnet over et vist antal gange.

Terapien starter med selve **mødet**. Et respektfuldt møde mellem barnet og terapeuten. Terapeuten præsenterer sig på en formel måde uanset barnets alder. Barnet skal vide, hvem det er sammen med. Terapien foregår på en formel måde, ingen smalltalk, intet er overladt til tilfældigheder. Terapeuten har sin faste plads, barnet sin og forældrene deres. Forældrene er med

som barnets omsorgsgivere og er her ud over barnets tavse vidner. Barnet lytter. Terapeuten taler langsomt og tydeligt henvendt direkte til barnet.

Så kommer selve **terapien**. *Du blev skabt af din mor og din far i din mors mave.* Og så følger første del af barnets historie. I spædbarnsterapien tales kun sandt. Hvis der er noget, som vi ikke ved, og et større barn spørger, må vi sige: Det ved vi ikke. Dette sker tilbagevendende i terapier med adopterede børn, hvor vi sjældent kender hele historien.

Under terapien giver terapeuten medoplevelser ved for eksempel at sige: *Jeg tænker, at du havde det svært,* eller: *Jeg tænker, at du følte dig alene og forladt. Måske var du bange for, at du skulle dø.* Ofte er det i disse øjeblikke, at det synkrone opleves.

Som afslutning på terapien giver terapeuten **håb**.

Specielt i terapi med ældre børn opleves børns opgiven for eksempel efter omfattende omsorgssvigt. De er så tæt på afgrunden, overvejer måske ikke at leve mere. Også det spæde barn kan være tæt på at opgive livet. I disse tilfælde er håbet noget helt afgørende.

Eksempel

Et nyfødt barn, befandt sig på neonatal afdelingen på et hospital. Der var tale om et barn til bortadoption. Barnet var født ved kejsersnit dagen før, og moderen fødte i dølgsmål. Mor og barn så ikke hinanden efter fødslen. Efter fødslen viste barnet alvorlige trivselsproblemer. Vejrtrækningen gik trægt, hjerterytmen var uregelmæssig og barnet var generelt ureguleret. Barnet var i en kritisk tilstand.

Da der var tale om et barn, som vi skulle modtage på Skodsborg, blev vi tilkaldt.

Personalet fortalte, at den lille pige endnu ikke havde besluttet, om hun ville leve eller dø. Det kunne gå begge veje. Forstanderen og jeg ankom til afdelingen, stemningen var trykket. Vi blev vist ind til det rum, hvor barnets kuvøse stod. Kuvøsen blev åbnet, og jeg (IT) talte direkte til barnet. Hun lå med lukkede øjne og med en lille rød hue på. Personalet havde givet hende navnet "Lille My". Ingen havde endnu set hendes øjne.

Goddag Lille My. Jeg hedder Inger Thormann, jeg er psykolog, og mit arbejde er at tale med børn. Det er personalet som passer dig, der har bedt mig om at tale med dig. I det øjeblik jeg begyndte at tale, åbnede hun sine øjne og så på mig.

Sygeplejerskerne fortæller, at du har det svært. Det er der en grund til. Du blev skabt af din mor og din far i din mors mave. Og der voksede du. Din mor tog den beslutning, at du ikke skulle vokse op hos hende, men i en familie som ville blive fundet af myndighederne.

Du blev, lige efter du var blevet født, adskilt fra din mors varme krop. Din mor blev væk for dig. I fik ikke sagt farvel til hinanden. Jeg tænker, at du mangler at have en retning for dit liv. Personalet her

fortæller, at du har det svært og, at du endnu ikke har valgt, om du vil leve, men du skal vide, at der er en mor og en far, der venter på dig.

Flere sygeplejersker opholdt sig i det mørke rum. Jeg mærkede en højtidelig og en lidt anspændt stemning, der pludselig ændrede sig til en forløsning. Personalet havde holdt øje med den skærm, som Lille My var tilsluttet, og som viste hendes værdier blandt andet hendes vejrtrækning. Der var sket en stabilisering, mens jeg talte med hende.

Lille My blev på hospitalet i et par uger. Hendes kommende primærpædagog på Skodsborg, tilbragte dagligt tid sammen med hende på hospitalet for at styrke tilknytningen. Da hun var 4 måneder gammel, fik hun forældre, og sammen med dem fortsatte hun sin gode udvikling.

Det kan ikke andet end forundre selv erfarne fagfolk, at spædbarnsterapien har denne tydelige kraft, men vi behøver måske ikke, at blive så forundrede med den viden, vi har i dag.

Neuropsykologien og spædbarnsforskningen bliver ved at udvikle sig, og det der tidligere var en praktisk erfaring, det som Dolto lærte, det hun erfarede gennem sine samvær med børn og unge, er der nu videnskabelig dokumentation for. Dette har større betydning, end man umiddelbart skulle tro.

Dolto havde mange kritikere, blandt andet mange af de læger der omgav hende på hospitalet. De rystede overbærende på hovedet, når hun talte til et ulykkeligt spædbarn, der var blevet afleveret på hospitalet samme morgen. Hun efterlyste ”noget” fra moderen, et tørklæde havde moderen efterladt. Dolto vikled moderens tørklæde om sutteflasken, mens hun talte beroligende til barnet om den mor, der havde gjort det bedste, hun kunne. Barnet faldt til ro.

Tiden var slutningen af 1930’erne og begyndelsen af 40’erne, og man var netop begyndt at se barnet som et selvstændigt menneske adskilt fra sin mor. Men at forstå at et barn kunne have glæde af terapi var umuligt at forestille sig. Dolto vidste imidlertid, at hun kunne hjælpe børnene, og hendes vilje og stædighed samt en håndfuld støttende medarbejdere hjalp hende til at gennemføre sit projekt.

I dag er Dolto fortsat et kendt navn i Frankrig, og hun hædres i særlige sammenhænge. I anledning af hendes 100 års dag blev en spillefilm om hendes arbejde produceret. Nutidens forældre vægter i høj grad fortsat principper om for eksempel åbenhed, om at tale sandt og ikke skjule ting for børnene, som de er en del af, og som de derfor har ret til at vide.

Spædbarnsterapien i pædagogisk praksis

Spædbarnsterapien som terapi anvendes udelukkende af psykologer og af psykoterapeuter med en uddannelse, der er godkendt af psykoterapeutforeningen. Men metoden kan bruges af alle, der har med børn af gøre som for eksempel pædagoger, forældre og sygeplejersker. Her arbejdes på ”her nu” planet. Barnet profiterer af at blive set og mødt med kærlige øjne. En verbal henvendelse kan gøre underværker for et børnehavebarn, der for eksempel pludselig føler sig koblet af i en leg.

Hvad skete der her, var der ikke plads til dig. Eller, jeg kan se, at du holder dig lidt for dig selv i dag, måske har du hovedet fuld af tanker. Barnet føler sig set og mødt, uden at blive invaderet.

Metodens anvendelse på et hospital er indlysende oplagt. Børn befinder sig her i situationer, hvor de er i ukendte menneskers hænder, de bliver stukket og bedøvet, og deres krop bliver nødvendigvis invaderet. Heldigvis kan vi konstatere, at spædbarnsterapiens metode har gjort sit indtog på adskillige hospitalers børneafdelinger og neonatal-afdelinger.

Spædbarnsterapien i Grønland

Siden år 2006 har der i Grønland været arbejdet med Spædbarnsterapien og dens metode. Her er psykolog Conni Gregersen en nøgleperson. Conni har arbejdet som psykolog siden 1994, og i 2006 blev Conni uddannet spædbarnsterapeut hos os Inger Poulsen og mig. Siden da, har vi sparret fagligt med hinanden. Vores første møde foregik på Børnehjemmet I Uummanaq i 2006. Conni var da psykolog for Grønlands Hjemmestyre, og havde som arbejdsområde at undervise, supervisere og lave terapi på Hjemmestyrets 17 døgninstitutioner.

Conni var begejstret for spædbarnsterapien, og hun fandt, at denne metode supplerede de uddannelser, hun allerede havde på en meget fin måde. Conni fortalte om spædbarnsterapien og dens metode på institutionerne, og her var der en levende interesse for at afprøve spædbarnsterapien. Mange af de anbragte børn har levet med relationelle traumer og desuden med episodiske traumer hele deres liv, og derfor er de særligt sensitive over for uro, uforudsigelighed og alt, hvad de ikke kender/genkender. Dette kunne italesættes.

Den store interesse mundede ud i at Kommune Sermersooq i 2012 udbød Spædbarnsterapeutuddannelsen i Nuuk, og 34 professionelle mennesker gennemførte uddannelsen. Vi tre var sammen om at undervise. Siden da har yderligere to hold gennemført uddannelsen og en fjerde uddannelse er udbudt og starter i september 2020.

Udbredelse af Spædbarnsterapien i Danmark

Langsomt, bliver spædbarnsterapien en integreret del af arbejdet med traumatiserede børn i Danmark. Mange psykologer og psykoterapeuter tilbyder metoden i egen praksis, og flere og flere institutioner som familiehuse og krisecentre finder metoden egnet i deres arbejde.

Noget nyt er, at flere kommuner nu anvender spædbarnsterapien i forskellige sammenhænge. Nogle kommuner har indført det, de kalder en "anbringelsessamtale". Børn der anbringes første gang, og børn der skifter opholdssted, får en spædbarnsterapi, hvor de får fortalt deres historie med vægten lagt på årsagen til, at de skal flytte, og hvem der har bestemt det.

Anbringelsen bliver set i et bredt perspektiv, og barnets forældre siger ja til, at det barnet får fortalt er i overensstemmelse med det, der reelt skete og som er sandt. Både barnets forældre og plejeforældre deltager.

Andre kommuner bruger en lignende model, når børn skal adopteres eller er blevet adopteret. Barnet skal, så vidt det er muligt, have den sande historie om sig selv.

Spædbarnsterapien rykker også ind på landets hospitaler, på børneafdelinger og neonatal afdelinger. Der holdes oplæg og temadage for personalet. Tine Tingholm har skrevet en bog om et meget for tidligt født barn: "Lillebitte Coline". Coline hjælpes hele vejen i gennem af sin mor, der aktivt anvender spædbarnsterapiens metode i her og nu situationer med sit barn. Flere hospitaler har vist stor interesse for, at samarbejde med barnets forældre med spædbarnsterapien som udgangspunkt.

Også gruppen af jordemødre har efterspurgt temadage. Jordemødre mangler ord, der kan være støttende for både barn og forældre i tilfælde af, at der er taget beslutning om, at barnets skal anbringes direkte fra barselsgangen.

Daginstitutioner beder om supervision på deres brug af metoden, og det får de.

Det glæder os naturligvis, at der er stor efterspørgsel på spædbarnsterapi. I dag har denne behandlingsform en plads i Danmark, vi slet ikke havde turdet håbe på.

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 fødselens 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.

Inger Thormann og Marcella Broccia: *Børn med medfødt alkoholskade. Håndbog for omsorgsgivere og professionelle*. 2019 Hans Reitzels Forlag.

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

"Tvangsadoption-et voldsomt indgreb i en familie", artikel fra Socialrådgiveren 03 20. (Om Middelfart Kommunes anvendelse af Spædbarnsterapi).

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. \(www.danishduc.dk \)](http://www.danishduc.dk)

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