

Anmeldelse af "Spædbarnsterapi"

Inger Thormann og Inger Poulsen
Hans Reitzels Forlag, 2013.

Spædbarnsterapi er en behandlingsmetode rettet mod tidlige traumer. Bogen henvender sig til en række pædagogiske og sundhedsmæssige aktører, men også jordemødre kan have stor glæde af den indsigt der præsenteres, fordi også nyfødte børn kan "forstå" hvad der sker med dem under og efter fødslen, og – her kommer den egentlige nye indsigt – kan forstå, hvad man siger til dem, selv om de ikke har noget sprog. En jordemoder kan f.eks. sige: "Jeg ved du har været igennem noget der var svært eller skræmmende for dig, men din mor (og far) elsker dig, og vi vil alle gøre hvad vi kan for at du kan komme videre i dit spændende liv." Jeg stod selv engang med et barn der var kornblåt i ansigtet af gråd og forældrene og de tilstedeværende bedsteforældre var ude af sig selv af angst. Jeg sagde til barnet, mens jeg holdt det mellem mine hænder: "Du er lige blevet født og det har været besværligt, jeg tænker at du måske har været bange, nu er du her og din mor er parat til at give dig mælk fra sit bryst". Barnet faldt som ved et mirakel til ro og forældrene åndede lettet op. I mine senere terapier med børn mellem 2 og 6 er jeg igen og igen blevet bekræftet i, at børn forstår, hvad man siger til dem, og har brug for at få sat ord på deres følelser.

Nu har Inger Thormann (klinisk psykolog på det tidligere Skodsborg Observations- og behandlingshjem) og Inger Thomsen (psykoterapeut og leder af Familiehuset i Horsens) skrevet den første bog om spædbarnsterapi på dansk. De har begge to en årelang erfaring de trækker på og skriver om. Det er en nydelse at læse bogen, den er gennemsyret af en meget positiv indstilling til og empati for de sårbare og udsatte børn, så bogen emmer af kærlighed og indføling.

Spædbarnsterapi er udviklet af børnelæge og psykoanalytiker Françoise Dolto ("Lad aldrig barnets smerte blive glemt") og hendes elev børnepsykiater, psykoanalytiker og læge Caroline Eliacheff ("Alt usagt binder energi") arbejde.

Bogen er på 184 letlæste sider med mange illustrative cases (22), ligesom der er en omfattende emnerelateret litteraturliste.

Bogen har for mig været en påmindelse om, hvilken gennemgribende betydning vores arbejde har for de børn vi er med til at hjælpe til verden. Det skal de have tak for.

Hvad er spædbarnsterapi?

Et lille barn der udsættes for en (eller flere) traumatiske hændelsesforløb i den førsproglige alder (og allerede mens barnet ligger i moderens livmoder) kan udvikle symptomer på ikke at trives ordentligt. Barnets krop reagerer, og det kan bl.a. give sig udtryk i:

- Koncentrationsbesvær
- Sårbarhed
- Modløshed
- Irritabilitet
- Følelsesmæssig ustabilitet
- Indre uro og spænding
- Manglende sociale kompetencer
- Kommer ofte i konflikt
- Svært ved at sove
- Spisevanskeligheder

Jo længere tid der går fra den traumatiske oplevelse til "behandlingen" desto mere besværligt kan det være at "reparere" det lille barn.

Hvorfor spædbarnsterapi?

- Det er lettere at afhjælpe et lille barns vanskeligheder, end at aflaste et større barn for sine følelsesmæssige blokeringer.
- Det lille barns sunde drivkraft tager over, hvis det, der forhindrer det i at udvikle sig sundt og naturligt, bliver fjernet.
- Spædbarn og små børn reagerer hurtigt på forandringer, stemninger og belastninger, såvel når det går den rigtige som den forkerte vej.
- Hvis man ikke sætter ind og hjælper det spæde eller lille barn, er der risiko for at barnet får spærret for en række udviklingsmuligheder.
- Traumatiske oplevelser kan betyde at barnet trækker sig fra omverdenen og at den basale tillid til andre, som barnet er født med, bliver reduceret.

Hvordan forløber et spædbarnsterapi forløb?

Spædbarnsterapi går i al sin enkelthed ud på at sætte ord på det traume, barnet har været igennem, for hermed at frigøre den energi, der er bundet i traumet.

I terapien får børnene, med forældrene som vidne, sat ord på tidlige traumer samtidig med at de får håb om at det aldrig vil gentage sig.

Spædbarnsterapeutens opgave er at finde de ord, der kan lindre barnets kval og bringe det tilbage i en dynamisk udviklingsproces. Det skal, så at sige, "hjælpes på sporet", så dets egne iboende sunde kræfter kan styrke dets videre udvikling. Bl.a. fordi terapien er uden krav til barnet er børnene meget glade for denne form for terapi. De føler sig set, hørt og mødt. Fastlåste mønstre løsner sig, og barnet får troen på livet igen.

Et spædbarns terapiforløb starter med et møde med forældrene som fortæller barnets historie. Terapeuten nedskriver derefter historien som godkendes af forældrene, således at historien så præcist som muligt spejler det virkelige hændelsesforløb. Selve terapien med barnet bygger på, at terapeuten med sin indlevelse og empati *forestiller* sig hvordan det mon har været at være det barn på det tidspunkt i dets liv, hvor det blev udsat for sin traumatiske oplevelse (eller oplevelser) og med helt almindelige ord genfortæller de traumatiske episoder. Dernæst fortæller barnet, at det har klaret sig. Og endelig giver barnet håb om, at det kan få det bedre.

Derefter mødes terapeuten med barnet og forældrene og terapeuten fortæller barnet dets historie.

Disse sessioner varer som oftest 10-20 minutter. Antal af sessioner afhænger af historiens art, traumets alvor og barnets alder.

Barnet får hjælp til at håndtere det kaos, der er i dets indre efter en traumatisk oplevelse eller periode. Det foregår ved, at terapeuten i faste, tilrettelagte terapiforløb sammen med barnets mor, far eller begge forældre på en omsorgsfuld måde:

1. Tager direkte kontakt til barnet
2. Fortæller barnet dets historie
3. Giver barnet håb

Det kaotiske bliver gennem denne proces sprogliggjort og dermed identificeret, hvilket for det meste betyder at barnet føler sig lettet og begynder at fungere bedre.

Bogens første del handler om de grundlæggende teorier, eksemplificeret med cases fra forskellige spædbarns terapisesioner. Når man læser bogen og forestiller sig at være barnet, kan man ikke andet end at føle sig set og helet.

Anden del af bogen beskriver hvordan spædbarnsterapi kan anvendes i forhold til voksne, større børn, adopterede børn, ja til alle der har traumatiske oplevelser fra den før-sproglige periode af deres liv.

Som jordemoder er man naturligvis ikke spædbarnsterapeut, men vi kan bruge bogen, fordi den kan påminde os om betydningen af, at man sagtens kan tale helt beroligende og almindeligt til det lille barn, fortælle dets historie og give det håb. Også på den måde kan vi hjælpe barnet ind i og videre i livet.

Jeg vil derfor anbefale bogen – og ikke mindst til jordemødre.

Charlotte Grumme, jordemoder, psykoterapeut MPF og spædbørnsterapeut