

Tidlig traumeterapi kombineret med sandplay



Familiehuset i Horsens

Som det er beskrevet til God Social Praksis

Service Styrelsen

Koncentrationsbesvær og indre spændinger hos børn kan lindres med de rette ord og metoden "sandplay"

Formål og baggrund

Baggrund

I Familiehuset i Horsens, som er et psykoterapeutisk dagbehandlingstilbud til forældre med spædbørn mellem 0 og 2 år, hvor børnenes udvikling er truet, så vi ofte ældre søskende, der havde store trivsels- problemer. Ved at arbejde terapeutisk med den franske børnepsykoanalytiker Françoise Dolto's tilgang til spædbørn, blev vi opmærksomme på hendes beskrivelse af større børn, der bar rundt på traumer fra den før-sproglige periode.

Inspireret af Dolto's terapi med de større børn, udviklede vi en behandlings- model til større børn (læs også vores eksempel om spædbarnsterapi her på databasen). I dag er vi opmærksomme på tidlige traumers permanente forstyrrelser i børnenes liv.

Formål

I terapien får børnene, med forældrene som vidne, fortalt deres livshistorie, hvorefter de gennem leg med symboler i sandkassen bearbejder det, som de får fortalt.

Børneterapien strækker sig over 8-10 gange. Børn skal ikke som voksne gå i terapi. Hos børn gælder det om så hurtigst som muligt at finde de midler og de ord, der kan lindre barnets kval og bringe det tilbage i en dynamisk udviklingsproces. De skal hjælpes på sporet, så deres egne iboende sunde kræfter kan styrke deres videre udvikling.

Terapien er uden krav til barnet. Børnene er 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.

Målgruppe

Børneterapien retter sig mod de børn fra 3-12 år, der viser tegn på mistro, og som vi ved, har været udsat for et traume i de første leveår.

Fremgangsmåde

Hos større børn husker kroppen traumer fra de første år.

På grundlag af forskning i spædbarnets hukommelse beskriver Daniel Stern teorien om, hvordan spædbarnet husker i hele episoder (erindringsbilleder). I hver episode indgår oplevelsen af egen aktivitet, sansindtryk og følelser. Det kobles sammen til en erindringsenhed. Spædbørn husker i helheder.

En af komponenterne i denne erindringsenhed kan siden hen vække hele erindringsbilledet og skabe forventning om, hvad der kan ske. Eks.: Et barn, der 3 mdr. gammelt, blev mishandlet voldsomt af sin far, hvorefter barnet ikke så faderen i 5 år, pga. faderens fængselsophold. Myndighederne besluttede, at faderen igen skulle have samkvem. Barnet gik glad til mødet sammen med en voksen støtteperson. Da faderen pludselig stod der, brød barnets verden helt sammen. Kroppen huskede, selv om barnet ikke havde set faderen i 5 år.

Børnepsykiater og børneanalytiker Caroline Eliacheff, der har skrevet bogen "Krop og skrig", beskriver, hvordan tidlige traumer laver en spaltning i symboliseringsprocessen. Ved at sætte ord på det konkrete traume, kan en symbolisering begynde. Så længe der er spaltning i

symboliseringsprocessen, er barnet fastlåst i traumet.

Børneanalytiker Françoise Dolto har i 30 år arbejdet med børneterapi i Frankrig. Gennem hendes arbejde har vi fundet inspirationen til, aldrig at lade barnets smerte blive glemt, dvs. ikke at overhøre betydningen af de traumer, som nogle børn og spædbørn tidligt pådrager sig.

Der er risiko for, at psykiske skader bliver permanente. Udviklingen kan rammes alvorligt, og begrænsningerne kan hæmme barnet livet igennem. Vi kan lette barnet ved at sætte ord på traumet.

Symptomer:

Koncentrationsbesvær.

Sårbarhed.

Opgivenhed.

Irritabilitet.

Følelsesmæssig ustabil.

Barnet er i en tilstand af indre uro og spænding.

Manglende sociale kompetencer.

Kommer ofte i konflikter.

Det lille barns onde cirkel er ikke så fastlåst. De har en evne til reparation. Hvis det, der forhindrer en sund udvikling, fjernes, kan barnets egen drivkraft overtage helingen.

Med større børn er det sværere, da flere års fejludvikling er gået forud. Livet er for disse børn ”op ad bakke”.

Hvis barnet ikke hjælpes, er der risiko for en livslang fejludvikling.

Beskrivelse af et forløb med børneterapi og sandplay.

Peters mor søger hjælp, Peter på 5½ år er fysisk aggressiv og angriber mor. Børnehaven fortæller, at Peter ikke kan starte i 0. klasse, da han ikke kan modtage en kollektiv besked, går meget for sig selv, er i alarmberedskab, føler de andre børn driller, kan ikke fortælle sammenhængende, trækker sig i kontakten og går meget alene.

Sammen med Peters mor gennemgår vi de traumer, som Peter har oplevet i de første 3 år. Vi reflekterer over, hvordan mon Peter dengang har oplevet de traumatiske hændelser, hvilket giver moderen en forståelse og medindlevelse i Peters traumer.

Når mor har godkendt det budskab, terapeuten ud fra moderens fortælling om konkrete fakta har skrevet ned, og kan mærke ”Ja det var sådan det var”, og når mor kan rumme Peter og hans smerte, er det klart til, at Peter kan påbegynde sin terapi med mor som vidne.

Rummet er klargjort, sandkasserne - en med tør sand og en med våd sand - er parat. På hylderne langs væggen er der figurer/symboler, mennesker, trolde, uhyrer, dyr, sten, træer, huse, biler med mere. To stole står tæt sammen, en til mor og en til Peter. Der er dækket en kurvebakke med juice, frugt og småkager samt kaffe til mor.

Terapien indledes med: ”Goddag Peter. Mit navn er Inger Poulsen. Mit arbejde er at tale med børn.

Din mor har bedt mig om at tale med dig. Jeg vil fortælle dig, hvad der skete, da du var helt lille og blev skabt i din mors mave. Jeg tænker du med dit hoved har glemt, hvad der skete – men kroppen husker”.

I terapien bliver der taget direkte og respektfuld kontakt til Peter, sat ord på tidligere traumer. Der afsluttes altid med et håb. Peter lytter opmærksomt. Peter tilbydes sandkasserne og reolernes symboler.

I sandplay kan vi følge Peters kamp, afmagt og smerte som senere bliver til liv og håb.

Peter vælger med iver og raske bevægelser en lille mand fra hylden med figurer. Han ser ikke på mig, men mærker, at jeg er med ham, og at jeg ikke forstyrrer ham i hans arbejde.

Min tolkning i legen her er, at Peter symboliserer sig selv som en lille mandsfigur, han nøje udvælger blandt figurerne på hylden. Tolkningen bruger jeg til at forstå, hvad det er, Peter vil fortælle mig. Jeg deler ikke min tolkning med Peter. Børn skal ikke forstå processen, men de skal gennemleve den.

Terapeutens opgave er at være lydhør og være barnets vidne på en respektfuld og anerkendende måde. Jeg sætter ord på det konkrete, han gør, hvis jeg siger noget.

Eks.” Du graver ham dybt i sandet”.

Barnet vil så ofte fortælle om det, der foregår.

Scenariet i kassen er hans, jeg er hans vidne og jeg har tiltro til, at han nok skal finde en løsning.

De onde har overtaget, en lille mandsfigur skyder med en riffel, han har et løstsiddende hoved med en magnet, som efter hvert skud falder af, møjsommeligt må den sættes på igen, han kæmper en brav kamp på en stille monoton måde. Han skyder de onde, men de bliver ved med at stå op igen. Peter sukker dybt, medens han kæmper videre. Jeg ser hans krop er afmægtig, og jeg følger med i hans utrættelige kamp.

Peter søger flere gange mine øjne som for at forsikre sig om, at jeg er med ham som hans vidne i hans kamp. Mine øjne forsikrer ham om, at jeg ser det, men jeg siger ikke noget for ikke at forstyrre ham i hans tanker.

De første 5 terapier er det den samme kamp, om og om igen.

Jeg følger Peter i hans kamp, er hans vidne og anerkender den lille mands vedholdenhed.

Pludselig ændrer den sig, de onde bliver liggende, en efter en bliver de forvandlet til gode figurer.

Peter ser på mig og fortæller med glæde i stemmen og glød i øjnene om en indre forsoning med hans far, som var forsvundet ud af Peters liv.

Peter viser mig konkret i sandkassen, hvordan far i helikopter flyver hjem til det sted, hvor Peter havde boet sammen med far og mor, da han var lille, et hjem de havde måttet forlade i al hast.

Far henter noget legetøj i kælderen, som Peter mangler, og flyver tilbage, og giver det til Peter.

Jeg siger til Peter, at jeg tror, han er glad for sin far.

Peter fortæller om gode ting, han plejede at gøre sammen med far.

Herefter ser vi, hvordan Peters leg i kassen ændrer sig. Det er ikke længere den gamle leg. De gode

forbliver gode, og Peter bruger nu meget tid på at lave landskaber. Der er liv, farver, lyst og mennesker i sandkasserne.

Peter har samlet sig, har igen fået fodfæste i livet.

Børnehaven og Moderens oplevelse af Peter efter terapierne.

Peters mor fortæller, at de aggressive angreb mod hende nu er væk, at Peter snakker mere, og at de nu har mange positive stunder sammen.

Børnehaven ser ikke mere Peters sårbarheder og indstiller ham til skolestart.

Peter har fået venner i børnehaven og kan nu koncentrere sig. Spil har fået Peters store interesse. Alle er enige om, at Peter har udviklet sig meget.

Al børneterapi i Familiehuset optages på video for at hjælpe terapeuten til at læse barnets signaler og for kunne bruges i direkte supervision.

Peter var i terapi i alt 9 gange a 1½ times varighed. Hver gang fik fortalt lidt af sin historie, og herefter arbejdede han i sandkasserne.

Jeg forstod Peters proces således:

Traumer havde fastlåst kroppen, så Peters verden ikke hang sammen. Han forstod ikke, hvad der skete omkring ham, og havde ikke overskud til at indgå i relationer på en konstruktiv måde.. En spaltning af symboliseringsprocessen gjorde, at situationen var fastlåst.

Dolto siger ”Lad aldrig barnets smerte blive glemt”.

Faderens flytning under voldsomme omstændigheder havde fastlåst Peter og efterladt ham med et traume.

I sandplay symboliserede han kampen og afmagten. De gode sejrede til sidst. Med glæde og triumf i stemmen viser Peter, hvordan far fløj i helikopter hjem til deres gamle adresse og fandt de ting, Peter manglede i kælderen.

Ved symbolisering i legen finder Peter hermed selv frem til en måde, hvor han kan forsone sig med far og det, der skete.

De konkrete traumatiske hændelser fra de første år i hans liv blev fortalt Peter på en respektfuld og anerkende måde. Eks.: ”Din mor har fortalt mig, at du, da din far og mor skændtes, blev stille og lukkede af. Jeg tænker, det var svært for dig. Jeg tror du holdte af både af din mor og din far.. Det var rigtig godt, at du beskyttede dig.

Nu har din mor og far fundet ud af, hvordan de skal leve deres liv hver for sig. De ønsker begge, at du får et godt liv.

Din mor ville gerne, at hun kunne have passet bedre på dig.”

Peter ser ofte hastigt på moderen, der med anerkendende øjne nikker til Peter. Terapeuten viderebringer håbet og rummer såvel Peter som hans forældre. For Peter begyndte verden igen at hænge sammen, symboliseringsprocessen var i gang.

Sandplay (se vedhæftede folder om sandplay)

Sandplay tager udgangspunkt i menneskets oprindelige evne til at symbolisere, bearbejde og aktivere de selv-helende muligheder. Over tid kan barnet nænsomt gennemleve sin indre smerte og derigennem reparere og genopbygge sin personlighed.

Gennem legen hjælpes barnet til at bearbejde både tidlige traumatiske oplevelser og aktuelle

vanskeligheder i det daglige levemiljø.

Denne dybe og gennemgribende bearbejdning frigør barnet til at fortsætte gennem livet med en indre ro og styrke samt en god positiv selvfølelse.

I Sandplay får barnet ro, fordybelse og koncentreret samvær med terapeuten, det nærvær, den koncentration og den omsorg føler barnet og kommer derigennem til at føle sig tryk.

Når børn er trygge kan de bruge hele deres sansepotentiale.

Børn har oftest en umiddelbar tilgang til sandplay, da figurer og sand er naturlige elementer i barnets verden. Sandkassen er et afgrænset og beskyttet sted, hvor barnet gennem legen kan udleve og komme igennem sin indre smerte, sorg, frustration og konflikter.

Sandplay stiller ingen krav til barnet om samtale eller præstation. Legen foregår på barnets præmisser med en tydelig voksen som vidne, der kan rumme livet sammen med barnet, sådan som barnet oplevede det.

Den voksne skal kunne tåle ikke at kunne forstå alt, men give pladsen til barnet og tro på, at barnet gennem legen finder vejen.

Børnenes sandbilleder fotograferes og samles i en mappe sammen med dét barnet har fået fortalt. På omslaget er der et billede af barnet, der arbejder i sandkassen. Bogen får barnet med hjem ved terapiens afslutning.

Jungiansk analytiker Lisbet Myers Zacho beskriver sandplay, som den praktiseres i Familiehuset, således:

”Sandplay er en særlig, nonverbal, terapeutisk metode. Her kan børn, og voksne også for den sags skyld, udtrykke deres indre kompleksitet. For eksempel kan angst og aggression, skyld og skam og andre smertelige følelser forløses gennem legen i sandet med det udvalg af figurer, der symboliserer den indre konflikt, som er årsag til, at de er der.”

”Sandplay er en relativ ny terapeutisk metode i Danmark, og i Familiehuset kombinerer man den ofte med spædbørneterapi. Med enestående gode resultater”.

”Det arbejde vil kunne danne skole for fremtiden”. Skriver Lisbet Myers Zacho.

Terapeuterne i Familiehuset er alle uddannet på Dansk Sandplay institut. En efteruddannelse, der strækker sig over 3½ år. www.danksandplayinstitut.dk

Teori

- Ludvig Igra: ”Objektrelationsteoriene” Hans Reitzels forlag
- John Bowlby: ”Tilknytningsteoriene.” Det lille Forlag
- Françoise Dolto: ” Samtaler om børn og psykoanalyse”, Hans Reitzels forlag.
- Caroline Eliacheff: ” Krop og skrig”, Borgens forlag
- Daniel Stern: ”Moderskabskonstellationen.” Psykoterapi med forældre og spædbørn. Hans

Reitzels forlag. Margaretha Berg Brodén: "Mor og barn i ingenmandsland". Hans Reitzels forlag.

- Inger Thormann og Charlotte Guldborg: "Med hjerte og forstand". Hans Reitzels forlag.
- Haldor Øvreeide: "At tale med børn". Saxo.com.
- Birgitte Thornsohn: "Skæbner i skyggeland" Terapi og dæmoner, Hovedlands forlag
- Svend Åge Madsen: "Bånd der brister og bånd der knyttes", Hans Reitzels forlag
- Marianne Davidsen Nielsen og Nina Leich: "Den nødvendige smerte", Hans Reitzels forlag.
- Pia Skogemann: "Symbol, analyse, virkelighed". Jungiansk teori og praksis i Danmark. Lindhardt og Ringhofs forlag.
- Preben Grønkjær: "C.G. Jungs analytiske psykologi. En introduktion". Forlaget Gyldendal

Ressourcer

Forberedelse, bearbejdning af video, udarbejdelse af det terapeutiske budskab. Udarbejdelse af barnets bog. Det, barnet får fortalt, kommer i bogen, efterfulgt af billeder af sandkasserne. Bogen får barnet med hjem efter endt terapiforløb. Supervision, forældresamtaler. Dette arbejde vil ca. være 45 timer.

Dertil kommer selve terapiforløbet med barnet, 10 terapier á 1½ time. I alt 15 timer.

Familiehuset startede som projektet i 1997 med projektmidler fra Socialministeriet. Det blev permanent 2 år efter, da Horsens Kommune fandt frem til, at Familiehuset årligt havde givet en besparelse på 2 mio. på anbringelsesområdet. Driftsbudgettet er på 2,4 mio.

Evalueret efter 2 år af Psykologerne Morten Holler og Mette Nayberg (se den vedhæftede Evalueringsrapport)

Personalenormering:

4 psykoterapeuter, hvoraf én er leder, og 1 miljøsekretær.

Terapi med større børn har udviklet sig på baggrund af spædbørneterapi og indgår som en del af den samlede terapi i familiehuset.

Resultater

Der foreligger ingen dokumenterede resultater.

Vores erfaring er, at børneterapien giver os mulighed for, at arbejde målrettet med børnene.

Vi ser, deres udvikling øges, og de genvinder deres indre styrke.

Uden terapi ville mange af disse børn have behov for massiv støtte livet igennem.

Livet for disse børn er ofte "op ad bakke".

Børn, der har meget energi fastlåst i et traume, er ofte dømt ude af fællesskabet, inden de forlader børnehaven. Forældrene føler sig hørt og medindgår i et samarbejde.

Link: Familiehuset 10 års jubilæum (se det vedhæftede)

Her kan man på side 29 læse en artikel Af Haldor Øvreeide, specialist i klinisk psykologi, NPF, vejleder ved Familiehuset i Horsens over flere år. "Behandlingsfilosofien i Familiehuset er tydeligt rettet mod brugerstyring, hvor barnet er den prioriterede bruger."

Evaluering og dokumentation

Der er ikke foretaget evaluering eller dokumentation.

Se folderen om ”**Terapi med større børn**” som er vedhæftet eksemplet.

Erfaringer og perspektivering

Francoise Dolto siger at man med denne terapi form ”Går direkte til styrpinden”

Det er vores erfaring, at det kræver ro og planlægning og stor omhyggelighed med forarbejdet.

Terapien har gode betingelser i Familiehuset, hvor vi er 4 psykoterapeuter og en sekretær, der arbejder sammen og giver faglig opbakning og sparring, samtidig med, at vi gennem 4 år har fået direkte, ekstern supervision ud fra vores børneterapier på videobånd ved klinisk psykolog Haldor Øvreide. Lignende behandlingsenheder vil kunne kopieres i andre kommuner.

Vi vil gerne, der laves effektmåling på børneterapien. Vi vil gerne bidrage med vores viden til forskning på området.

Det ville være tidlig forebyggende indsats, hvis alle børnefaglige nøglepersoner, kunne identificere tidlige traumer hos børn, for derved at sikre sig, at børnene får den psykoterapeutiske hjælp, de har behov for.

Årelang fejludvikling kan dermed undgås.

Inger Thormann og Inger Poulsen holder temadage om spædbørneterapi og terapi med større børn for psykologer og psykoterapeuter på landsplan. Link til www.barnetraumer.dk

Andre fagpersoner, der arbejder med børn, bliver inspireret af spædbørneterapien til i deres daglige arbejde med børnene at sætte ord på følelser, i her og nu situationer.

Ligeledes øger det deres opmærksomhed på symptomer på traumer, både små og store børn bærer med sig i livet.