

NÅR TIDLIGE TRAUMER FORSTYRRER

Tekst og tegninger: **Nynne Katrine Bojsen**

Denne artikel er en casebeskrivelse af et forløb med en dreng på ti år, Michail, og hans forældre. Mit ønske er at give et indblik i en kompleks og spirende forståelse af børns reaktioner og konkret beskrive, hvordan man som terapeut kan møde et barn og hans forældre i krydsfeltet mellem mentaliseringsbaseret flerfamilie-terapi, SE-terapi, EMDR-terapi, neuroaffektiv terapi og systemisk forståelse.

Artiklen er opbygget som forløbet i store træk har været, både med faktiske hændelser og de bagvedliggende faglige overvejelser, hypoteser og terapiformer, jeg har benyttet undervejs. Det er vigtigt for mig at understrege, at jeg ikke anser min måde at bedrive terapi på for at være den sande eller eneste vej. Jeg ønsker at invitere indenfor i mine overvejelser og handlinger for således at inspirere andre til at kombinere teoretiske og praktiske forståelser og udvikle feltet.¹

FRA RUSLAND TIL DANSK FOLKESKOLE

Michail bliver henvist til Familieskolen i Gladsaxe i december 2013. Historierne om ham er mange. Han er ti år og går i 4. klasse. Eller rettere, han kan hverken rumme at være i – eller rummes i – folkeskoleklassen og får derfor eneundervisning af en lærer ti timer om ugen. I SFO'en har han en støtteperson på hele tiden. Skolen fortæller, at Michail har svært ved at koncentrere sig, han kommer til at overfuse andre børn og voksne, opfører sig som en baby, fjoller rundt, bliver for sur og fortvivlet og kan ikke takle mange mennesker eller mange påvirkninger på én gang. Der berettes også om

en episode, hvor Michail havde taget et snørebånd omkring sin hals og strammet til, mens han sagde, at han bare ville dø.

Michail er født i Rusland. Familien kom til Danmark, da Michail var tre år. Michails far arbejder og arbejder meget. Michails mor går derhjemme og passer Michails lillesøster, der er fire år. Mor taler ikke dansk, men forstår lidt. Far taler dansk, men usikkert.

Michail har fået ekstra støtte hele sin vuggestue- og børnehavetid. Siden da gik han først i en russisk skole. Det gik ok. Men efter han kom på en kommuneskole i Gladsaxe med 25 børn i klassen, har han haft mange vanskeligheder.

Jeg møder Michail og hans familie samt skolen til et netværksmøde, efter at Michail har gået på kommuneskolen i tre år. Alle virker frustrerede og trætte.

BLANDT ANDRE FAMILIER

På Familieskolen arbejder man ud fra en systemisk forståelse. I dette tilfælde betyder det bl.a., at man tænker, at Michails udfordringer ikke kun handler om psykiske vanskeligheder hos Michail, men at hans handlinger også skal ses som et symptom på og udtryk for hele familiens udfordringer.

Familien bliver en del af vores flerfamiliegruppe. Her er det tanken, at familierne støtter hinanden, udveksler erfaringer og lærer gennem at se og høre andres erfaringer og udfordringer. Det er også hensigten, at de udfordringer, familierne står med til daglig, får plads til at udspille sig i rummet, så vi konsulenter og de andre fa-

¹ Artiklen er formidlet med familiens samtykke. Navnene er ændrede.

milier kan støtte de enkelte familier i at takle udfordringerne *in action*. Endelig er det tanken, at forældrene får indsigt i den skoleramme, som deres børn er en daglig del af, og hvor børnene tit viser deres udfordringer ved enten at reagere ud eller ind. Det er nemlig ofte skolerens underretning, der er anslaget til, at familierne bliver henvist til Familieskolen. Ligesom i Michails tilfælde.

ALT VISER SIG I ØJEBLIKKET

Michail viser tidligt sine udfordringer i flerfamilierummet. Og Michails forældre viser den måde, de takler dem på, i en synkron dans. Vi taler i kollegagruppen om, at vi ser en Michail, der råber ad sin mor, truer med at slå hende eller kaste en stol efter hende, laver ansigtsudtryk som en baby, skriger, ikke vil gøre, hvad moderen siger, og ikke kan forholde sig i ro mere end kort tid ad gangen. Men hele tiden med den nuance i sine udtryk, at han er mere frustreret og febrilsk end kalkuleret, voldelig og afstandstagende. Det er som om, han på sin egen voldsomme måde råber på kontakt. At han netop søger nærhed og ikke afstand.

Men Michails mor er bange for Michail. Og hun er træt. Hendes ansigt bliver gråt eller med gråd, når Michail reagerer. Situationen virker fastlåst.

Med faderen er det lidt anderledes. Faderen er ikke bange for Michail og han har fysik til at holde Michail, når det går vildt for sig. Men det virker ikke som om, det hjælper Michail. Han bliver ikke roligere. Vi synes at se en Michail, der på den ene side gerne vil være tæt på sin far, opfylde hans krav og få hans anerkendelse, og på den anden side en Michail, der er frustreret og skubber sin far fra sig både fysisk og psykisk.

Faderen virker mest irriteret over Michails handlinger. Han forsøger oftest at få Michail til at falde til ro ved at tale til ham og overbevise ham om, at han ikke bliver til noget, hvis han ikke tager sig sammen og koncentrerer sig. Nu. Der bliver sagt en del på russisk, som ikke bliver

FAMILIESKOLEN I GLADSAXE

Familieskolen er en systemisk forankret foranstaltning i Gladsaxe kommune. Familier bliver henvist på baggrund af en § 50-undersøgelse, hvor enten skole og/eller netværk indledningsvist har indgivet en underretning om barnets trivsel.

Forløbet varer i seks måneder, hvor familierne kan gå op til tre gange om ugen i flerfamilierummet. Tilbuddet består primært af flerfamilieterapi, men også af individuelle samtaler. Teorierne og metoderne bag praksis på Familieskolen er inspireret af Marlborough-modellen, udviklet af bl.a. Aia Eisen samt Marlborough-modellens skoledel, udviklet af bl.a. Niel Dawson og Brenda McHug.

oversat af tolken. Michail fortæller frustreret til os konsulenter, at hans far kalder ham grimme ting.

Enkelte gange har jeg set og mødt den dybe frustration, træthed og tristhed, som også er i faderen. Men de øjeblikke, hvor jeg har set det, har det været skjult bag et skjold af styrke, kampånd og hårdhed. Ikke bare over for Michail, men også over for egne følelser.

Blandt de andre børn synes vi at se en Michail, der ikke helt forstår, kender eller i hvert fald kan agere i forhold til de spilleregler og omgangsformer, der er gældende mellem børnene. Michail er enten klovn, aggressoren, uromageren eller svinger som oftest ind og ud af alle rollerne. For os at se en dreng, der tydeligvis ikke er i balance.

Desværre sker der det, at Michail hurtigt bliver et mobbeoffer blandt de andre drenge, der jo selv ikke har det

nemt. Især to drenge, der selv har udfordringer med affektive afstemninger, trigger på og bliver trigget af Michail.

I kollegagruppen vokser der en tvivl om, hvilket udbytte familien har af vores tilbud. Man vælger at skifte konsulent og fokus. Her starter min selvstændige del af arbejdet med familien, da jeg er den nye, interne konsulent på opgaven.

ETRÅB OM HJÆLP

Første trin i min håndtering er en række samtaler med forældrene uden Michail. Det går op for mig, at forældrene primært opfatter Michails handlinger som manipulation, at han er manipulerende (deres eget ord). De ser Michails reaktionsmønster udelukkende som forsøg på at få opfyldt egne behov, og får han ikke opfyldt dem, bliver han umulig.

Jeg bliver overrasket over deres forståelse af Michails handlinger. Jeg ved fra mine kolleger, at de tidligere har talt med forældrene om denne anskuelse af situationen og af Michail. Jeg forsøger en ny strategi, som ligger uden for vores normale samtaleform, hvor vi primært forsøger at støtte de svar og ressourcer, forældrene selv besidder, i stedet for at komme med vores anvisninger eller hypoteser. Men jeg fornemmer, at situationen skal kickstartes, så jeg vover at være tydelig med mine antagelser.

Jeg tegner en tegning (næste side), mens jeg forklarer: ”Jeg ser Michail som en dreng, der ikke er manipulerende, men som råber på hjælp. Jeg tror, at alle børn, også jeres Michail, helst vil have det godt med sin familie, være elsket og elske dem, han er tættest på (det omslutende hjerte). Men lige nu opstår der alt andet end nærhed med jer (de sorte streger i hjertet). Jeg tror, Michail har brug for hjælp fra jer. Hjælp til at blive roligere og hjælp til at blive forstået. Min hypotese er, at han kalder på noget forskelligt i jer. Han kalder på sin mors indre styrke (den blå søjle). Han har brug for at mærke, at du er stærk, for ellers kan du ikke passe på ham. Når han truer dig med en stol, er det for at sige: ”Mor, vågn op og pas på mig! Jeg bliver usikker, når du bliver bange og fal-

der sammen. For hvis du ikke kan passe på mig, hvem skal så? Lige nu kan jeg jo ikke engang passe på mig selv. Jeg har brug for dig!”

Jeg fortsætter: ”Og Michail kalder på sin fars følsomhed (hjertet). Jeg tror, han ønsker, at du skal bryde ud af dit eget følelsesmæssige skjold og møde ham kærligt, omsorgsfuldt, åbent og tillidsfuldt. Michail vil så gerne have din accept og ros, men indtil nu har han ikke kunnet finde ud af, hvordan han skal få den. Det er som om, han siger: ”Far, jeg vil så gerne, men jeg kan ikke finde ud af, hvordan jeg kan nærme mig dig, så du ser mig og anerkender mig for den, jeg er. Det er igennem dine øjne, at jeg ser på mig selv, så når du ser mig som manipulerende og irriterende, så bliver jeg endnu mere ude af mig selv. For jeg ønsker jo alt andet end det”.

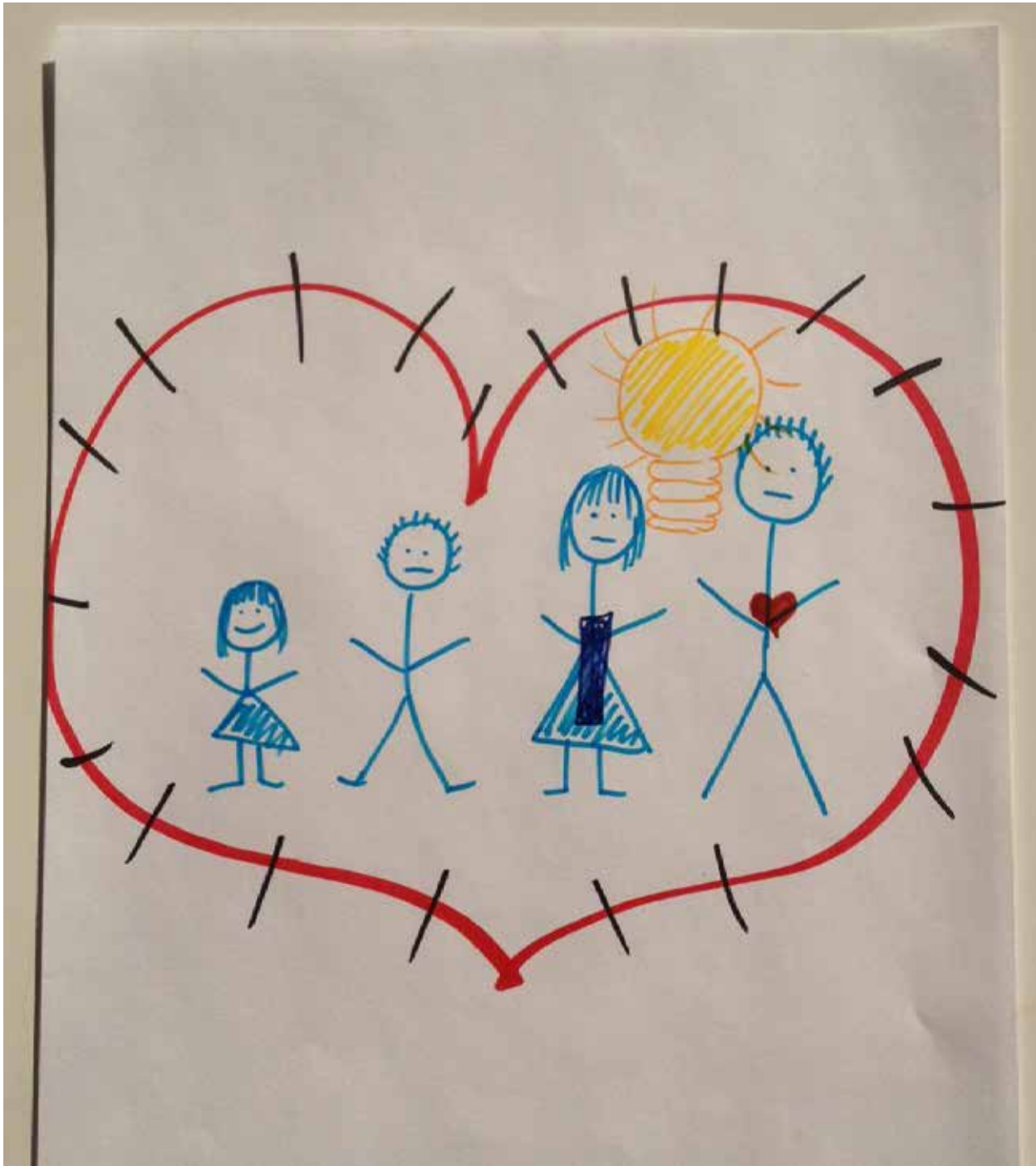
Jeg slutter med at tegne en elpære imellem faderen og moderen på tegningen. Med den vil jeg vise, at min hypotese er, at forældrene skal finde nye måder at møde og takle den svære situation på. Nye måder at møde og se Michail og sig selv på.

Jeg fornemmede efter denne samtale, at det satte meget i gang. Det var som om, at moderen intuitivt og instinktivt forstod og tilegnede sig den nye forståelse af Michail. Begyndte at se ham som en dreng, der råber om hjælp, ikke en dreng, der er ude på at skabe afstand. Og det var som om, at hun forstod og accepterede, at hun hjalp Michail ved selv at mærke og bruge sin styrke som mor og omsorgsperson. Faderen virkede mindre påvirket af samtalen. Men når nu jeg kendte faderens egen historie, gav hans reaktion også mening.

HISTORIEN SKYGGER

En af dagene i flerfamilierummet, efter der havde været en større konflikt mellem Michail og de andre drenge, spurgte jeg til Michails fars egen historie. Michails far fortalte, at hans egen far var streng og straffede ham og at faderen forlod ham og moderen, da Michails far var tre år.

Michails far skulle arbejde hele sit barneliv sammen med moderen. Der var ikke tid til at lege. Moderen hav-



de sågar fortalt ham, at han ikke skulle opfatte hende som sin mor, men som sin søster, at de var ligestillede i at klare deres udfordringer, deres liv. Michails far blev også sendt på spejderlejr, væk fra moderen, for at hærdes og blive stærkere. Han havde dog en morfar, som han var tæt på, fortalte han. Men hans beskrivelse af morfaren gav mig ikke mere ro i forhold til, hvordan Michails far blev mødt som barn. Det var mere med regler og afstand end med nærhed og omsorg.

For mig at se gav det mening i forhold til noget af det, der også var på spil mellem Michail og hans far. Michail kæmper bravt for at få opfyldt sine egne behov og kan opføre sig som en baby, indtil han får lov til at spille på iPad eller computer. Michail tænker ikke på at yde, før han kan nyde. Det er stik modsat af, hvad Michails far lærte som barn om, hvordan man skal opføre sig. Og det virker provokerende på Michails far at se sin drengs opførsel. Det er som om, Michail trykker på faderens røde knap og sorg hver gang, Michail vil have sine egne behov opfyldt. Da jeg fortæller om mine tanker til faderen, smiler han træt og siger, at jeg nok har ret.

Det andet, jeg tænker er på spil, er, at faderen gennem sin opvækst har lært, at man kun bliver stærk ved at få tilstrækkeligt mange udfordringer, fx at blive sendt væk fra sine forældre, lige som han selv blev det. Jeg fornemmer, at Michails far har bygget et solidt skjold omkring sine egne følelser. Som en gammel forsvarsstrategi fra sin barndom, hvor det var for sårbart at føle, hvordan han havde det. Så hellere lægge låg på, for ellers gjorde det for ondt. Og nu får han en søn, der kalder på, at han åbner sig og møder ham omsorgsfuldt. Som råber på, at faderen skal komme i kontakt med sit hjerte og åbne det over for sin søn. Det må være svært. Jeg vender mine hypoteser med faren. Han nikker igen stille.

Faderens historie og mine observationer af samspillet mellem Michail og hans far gør, at jeg tænker, jeg også skal arbejde med faderen for at kunne hjælpe Michail. For de er begge en del af problemet og derved løsningen.

Endelig er der den overordnede ramme omkring familien, at det i den russiske kultur – og for så vidt jo også i den danske – er pinligt og skamfuldt at have et barn, der

ikke passer ind. Og så bryder man sig ikke om at tale om sine problemer med andre, forklarer forældrene. Det er noget, man klarer selv. Det var det, jeg lærte som lille pige, fortæller moderen mig sorgfuldt. At klare tingene selv.

Jeg bliver endnu engang opmærksom på, hvor vigtigt det er som terapeut at kunne balancere mellem at være følgende og direktiv, at kunne gå i en vekselvirkning mellem problemerne og succeserne og hele tiden evne at have alle familiemedlemmerne for øje. At agere som en omsorgsperson, der på en og samme tid rummer og kærligt udfordrer sine klienter, så de bliver i stand til at kunne selv. Samme metode ses i SE-terapiens² pendulering mellem traume og ressource. Og netop SE-terapi og EMDR-terapi³ bliver det næste, jeg benytter mig af i forsøget på at hjælpe familien og Michail.

DER MÅ MERE TIL

Faderen og moderen er begyndt at være mere tydelige og kærlige over for Michail i flerfamilierummet. Og det virker. Men det er stadig som om, at der er noget inde i Michail, der forpurrer affektiv afstemning med situationerne.

Et møde på Michails skole gør, at forløbet med familien tager en drejning. Forældrene får her læst skolens beskrivelse af Michail op i forbindelse med en ansøgning om en udskilt foranstaltning til Michail (ansøgning om specialskole). Jeg sidder med til mødet og ser, hvordan både moderen og faderen falder sammen over beskrivelserne af deres barn. Det er som om, de lige dér giver op.

Efter mødet fortæller jeg dem, at jeg vil tilbyde dem og Michail en ny form for behandling. I korte træk fortæller jeg, at det handler om at få Michails og deres nervesystem til at falde mere til ro, så de kan hjælpe hinan-

² SE-terapi står for *Somatic Experiencing Therapy*, udviklet af Peter A. Levine.

³ EMDR er en forkortelse af *Eye Movement Desensitization and Reprocessing*. Terapiform udviklet af bl.a. Francine Shapiro.

den. Moderen kommer til at grine, og faderen smiler. De giver begge udtryk for, at det er det, de trænger til. Ro.

Jeg fremlægger mit tilbud i kollegagruppen. Det er jo ikke systemisk, mentaliseringsbaseret flerfamiliete-rapi, jeg vil tilbyde familien, men mere individuel traumerapi. Noget man ellers ikke praktiserer på Familie-skolen. Alle er dog enige om, at vi må gøre, hvad vi kan, for at hjælpe familien og ikke mindst Michail. Og forældrene skal stadig være med hele tiden. De er den vigtigste ressource for Michail, ikke mindst på lang sigt.

DINOSAURER OG MUS

Jeg indkalder Michail og hans forældre en onsdag morgen. Alene. Michail er urolig og spørger, hvor lang tid de skal være her, hvor de andre børn er, om de må spille bordtennis osv. Jeg fornemmer, at han er usikker på rammerne, og jeg forklarer ham i detaljer, hvor længe de tre skal være her, og hvad der skal ske. Han bliver mere rolig.

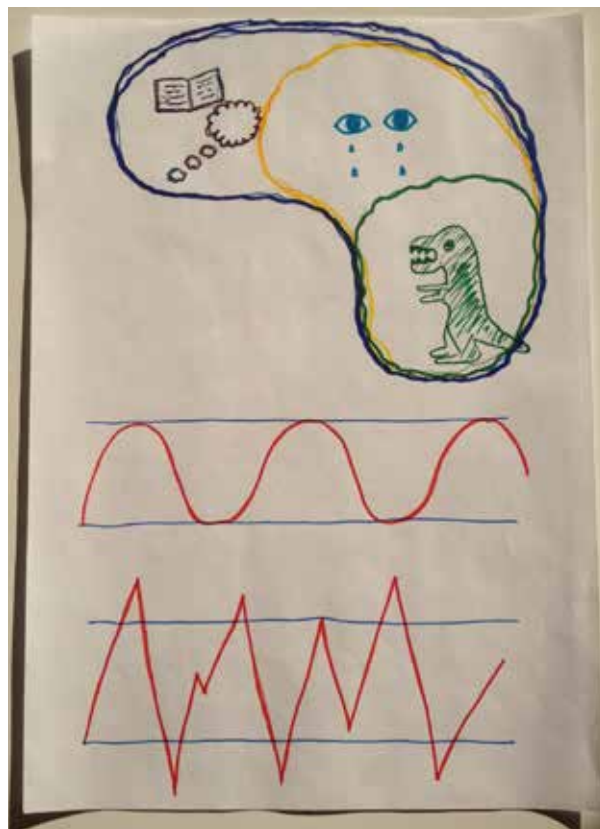
Jeg har tegnet en tegning til familien (th.), som jeg forklarer. Jeg fortæller om den tredelte hjerne. Om hvordan krybdyrhjernen styrer kamp, flugt og frysmekanismerne i vores krop og handlinger. Om hvordan krybdyrhjernen – når den er aktiveret – overtrumfer og sætter de to andre dele af hjernen (følelshjernen og den tænkende hjerne) lidt på stand by. Forstået således, at hvis Michail er ude af sig selv, slår og råber (krybdyrhjernen er aktiveret), så er der ingen eller ringe kontakt til hans øverste del af hjernen (den tænkende del). Man kan altså ikke bare tale ham til fornuft. Det eneste, der virker nu og her, er at få 'krybdyret/dinosauren' til at falde til ro. Og det gør man bedst ved selv at være rolig som voksen, rumme vilddyret og give det et knus eller anden fysisk kontakt.

Jeg fortæller dem også om forskellen mellem et normalt og et ubalanceret nervesystems svingninger (også på tegningen). Michail er meget optaget af det ubalancerede nervesystem og synes, det er sejt. Jeg forklarer ham, at det er sådan, jeg tror, han har det indeni, og at en af grundene til, at han og hans forældre skal være her, er,

at vi sammen skal arbejde på, at hans nervesystem kan blive mere roligt. Han ser på mig, og jeg får en fornemmelse af, at han føler sig set.

Jeg forklarer forældrene, at de er den vigtigste ressource til at få Michail i balance. Når bølgerne går højt for Michail, har han brug for at kunne læne sig op ad et mere modent og balanceret nervesystem for selv at kunne falde til ro. Han har brug for at blive rummet og kærligt guidet af nogle forældre, der udviser stabilitet, tryghed og ikke mindst ro.

Det kræver dog, at forældrene selv kan forblive i balance, når bølgerne begynder, ellers bliver det en kamp mellem to dinosaurer (Michail og far) eller en dinosaur og en stivnet mus (Michail og mor).



KARAVANEFØRER PÅ NYE STIER

Michail sidder i sin egen stol. Forældrene sidder i en lille sofa. Jeg beder dem fokusere på, hvad de fornemmer inde i kroppen lige nu. Først i maven, siden i brystet. Jeg spørger, om der er varmt eller koldt, sammensnøret eller åbent, afslappet, stikkende, prikkende osv. Altså fysiske fornemmelser. Ikke tanker om hvorfor. Blot registreringer. Metoden er fra SE-terapien, hvor man ved at skabe fokus på kropsfornemmelser dels får nyt kendskab til sin krop og et nyt sprog omkring den, dels får afspændt eventuelle spændte områder ved at give dem fokus. Begge elementer (sammen med en række andre elementer, som terapiformen indeholder) skaber større resiliens og kompetence til affektregulering. Og det er netop denne affektregulering og resiliens, som jeg tror, både Michail og hans forældre behøver for at kunne støtte sig selv og hinanden. Alle tre synes, det er lidt mærkeligt, men de går med på min sti.

Jeg er opmærksom på, at jeg som karavanefører for denne ekspedition både skal være tydelig, rolig, sikker og samtidig åben for at skifte sti, hvis jeg kan se, at mine deltagere ikke kan eller vil følge med. Heldigvis følger de alle tre med.

Jeg foreslår derefter, at Michail skal sætte sig mellem sine forældre. Jeg ved, hvordan fysisk berøring fra et andet menneske kan påvirke kroppen, bl.a. udløse 'lykkehormonet' oxytocin. Det forsøger jeg at aktivere mellem Michail og hans forældre. Og det virker. De sidder nu helt tæt, for sofaen er lille.

TIDLIGE FORSTYRRELSER

Min hypotese er, at der tidligt i Michails liv er sket nogle forstyrrelser i hans tilknytning. Det er som om, han på nogle områder er en 10-årig dreng og samtidig på andre områder er en lille baby, der er usikker på, hvor han hører til, og hvem der skal tage sig af ham. Min hypotese er, at jeg skal være med til at skabe nogle øjeblikke for Michail og hans familie, som rammer ind på de udviklingsniveauer, hvor forstyrrelserne er sket, og hele dem den vej. Når skaderne er sket på et tidligt og førsprogligt tidspunkt i livet, nytter det ikke at mentalisere over dem.

Hart og Bentzen (2013) taler om, at barnet skal mødes i dets nærmeste udviklingszone. At relationsforstyrrede børn skal mødes med "bottom-up" interventioner, der er rettet mod autonom og limbisk afstemning, før det bliver muligt at inddrage metoder, der er rettet mod højere funktionsniveauer. Det vil sige, at barnets først skal mødes i krybdyrhjernen og følelhjernen, før barnet har adgang til og nytte af at blive mødt i den tænkende hjerne og mentalisere over sine handlinger.

Jeg forsøger således at skabe øjeblikke, hvor Michail og hans familie mærker og føler tilknytning.

SOM FORTI ÅR SIDEN

Jeg foreslår følgende: "Michail sæt dig mellem din mor og far. Nu skal du, mor, fortælle Michail om den gang, han var en lille dreng, der lige var blevet født. Fortæl ham om, hvordan du tog ham op og nussede ham og holdt ham ind til dig og ammede ham. Imens skal du røre ved hans arm eller skulder, så han kan mærke, at du er der for ham nu."

Og moderen fortalte. På russisk. Jeg forstod ikke en lyd, men jeg kunne tydeligt se, hvad der skete. Michail puttede sig ind til sin mor, så op på hende, spejlede sig i hendes kærlige ansigtsudtryk. Det var så fint.

Bagefter bad jeg faderen fortælle Michail om, hvordan han som nybagt far holdt ham i sine arme og vuggede ham. Jeg præciserede, at det skulle være med fokus på det positive i historien, fordi jeg var usikker på, hvad faderen kunne og ville fortælle af følelsesmæssige positive aspekter om den gang. Imens skulle faderen holde Michails hånd eller røre ham blidt på benet. Og faderen fortalte. Michail lyttede og så op på sin fars venlige ansigt. Jeg blev rørt over at se deres kontakt.

Bagefter var der ro. Michail sad og legede med sin mors hånd oppe ved sit ansigt. Langsomt udvikledes der en meget fin situation. Michail trykkede sit ansigt ind i moderens hånd og sagde suttelyde. Lukkede øjnene og suttede. Så op på sin mor, suttede igen i hånden. Jeg blev rørt over at se og lytte til, hvad der skete. Jeg så en Michail, der i mine øjne blev en lille baby, som blev ammet

hos sin mor. Han gik instinktivt tilbage til et af de steder, hvor der var sket forstyrrelser i hans tilknytning, og dér, i dette rum, helede han lidt af sin historie. Da han stoppede, fortalte jeg ham, at babyer ofte bliver helt trætte og falder i søvn, når de er blevet ammet. Han lagde hovedet tilbage, puttede sig ind til sin mor og lukkede øjnene.

Dagen efter i flerfamilierummet fortalte moderen, at Michail havde været meget mere rolig i skolen den dag. Om aftenen var han begyndt at spise, hvilket han ellers oftest har svært ved og ikke lyst til. De andre familier kommenterede også Michails større ro dagen efter.

Det var et fint øjeblik at se Michail 'blive ammet'. Og alligevel blev jeg opmærksom på, at der var noget uforløst. Undervejs så Michail nemlig op på sin mor. Mens hun fortalte, smilede hun. Men i lang tid efter sad hun med et trist og udtryksløst ansigt, når Michail så op på hende. Jeg instruerede hende i, at hun skulle tage sin baby ind til sig og putte ham, hvilket bragte hende tilbage til den kærlige, nærværende omsorg for ham. Men hendes ansigtsudtryk fortalte mig, at hun også huskede, hvordan det var for ti år siden.

Det blev interessant for mig at finde ud af, hvad der var foregået i familiens liv i den periode, hvor Michail blev ammet. Det lille barn – og derved også Michails – udvikling af affektregulering er bl.a. afhængigt af, at det kan spejle sig i sine omsorgspersoners smilende og positive ansigter. Måske kunne det at få sat ord på, hvad der skete den gang, Michail var spæd, give en del af forklaringen på, hvorfor moderens ansigt ikke var smilende, og måske derved også, hvorfor Michail har så svært ved affektregulering. Næste seance skabte mere lys.

ANDEN SESSION, NYE RAMMER

I den anden session startede jeg med at forklare Michail, hvad der skulle ske, og hvor lang tid, han og hans forældre skulle være der. Det skabte ro.

Jeg definerede også en anden ramme. I den tidligere session havde jeg lagt mærke til, at Michails forældre ofte pressede Michail til at sige noget, når jeg spurgte. De tyssede på ham, hvis han larmede, og i det hele ta-

get blev de meget irriterede på ham, hvis han ikke lige gjorde, som de tænkte, at jeg gerne ville have det. Og med Michails svingende fokus irttesatte de ham tit. I denne seance fortalte jeg forældrene, at jeg gerne ville tage ansvar for og beslutte, hvad Michail måtte og ikke måtte. De behøvede ikke sige noget til ham. Det skulle jeg nok. Denne tilgang er anderledes, end hvad der ellers praktiseres på Familieskolen, hvor man hele tiden støtter forældrene i at være de primære omsorgspersoner og dem, der sætter rammerne og bestemmer over deres børn.

Min hypotese var, at Michail havde brug for at mærke, at han er ok, at han er accepteret for den, han er, samt at hans reaktioner ikke kun skal vurderes som irritationsmomenter, men bl.a. ses som spejlinger af hans indre tilstand. Ikke mindst min viden om og erfaring med, hvor vigtigt det er at følge barnets rytme, når man skal hjælpe det, medførte, at jeg satte denne ramme. Som Haldor Øvreeide⁴ taler om i sine triangulerede samtaler, så giver det også forældrene en chance for at se og opleve deres barn på ny, når terapeuten interagerer med barnet, mens forældrene er vidner.

I starten var det lidt svært for Michails forældre at slippe. Men i takt med at Michail opmærksomt og roligt fulgte mine anvisninger, blev det lettere.

FRI AF TRAUMERNES TAG

Jeg bad Michail sætte sig mellem sine forældre igen. Nu bad jeg moderen fortælle om Michails første tid. Imens bad jeg om – og fik lov til – at holde på Michails fødder. Min hypotese var nemlig, at Michail ville have god brug af en af EMDR-terapiens metoder undervejs.

I EMDR-terapi stimulerer man højre og venstre hjernehalvdel, enten ved skiftevis berøring på klientens hænder, fødder, skuldre eller knæ, eller ved at øjnene følger terapeutens fingre skiftevis fra højre til venstre. Denne stimulation hjælper kroppen til at bearbejde og lagre de tidligere hændelser på en mere hensigtsmæssig måde.

⁴ I Hart & Bentzen (2013).

Man tænker det således, at traumer og traumatiserende hændelser er dysfunktionelt lagret i hjernen, og at EMDR-terapien hjælper med at lagre hændelserne funktionelt. Målet er, at fortidens hændelser bliver fortid og ikke spiller ind i nutiden, som traumer ofte gør. De slipper deres fastlåsende tag i krop og psyke.

Min hypotese er nemlig, at Michails krop er traumatiseret. Jeg synes at se, at hans tynde krop bliver aktiveret på måder, der rækker ud over, hvad vi som udenforstående synes, at de aktuelle situationer, han er i, kan udløse. Det er som om, at fortidens hændelser aktiverer hans nervesystem på en måde, som var han i fortiden endnu. Min hypotese er, at de traumatiserede områder handler om hans tilknytning.

ET LILLE BARN S IAGTTAGELSER

Michails mor begyndte at fortælle. Jeg stimulerede Michails fødder undervejs for på en og samme tid at skabe ro og hjælpe ham til at bearbejde de historier, der måtte komme. Moderen fortalte, at de lige efter fødslen boede to uger hos hendes forældre. Men der kom konflikt. Moderens forældre og Michails far kunne ikke enes. Så måtte den lille, nye familie flytte. Det blev til en mindre lejlighed i en anden by, langt væk fra moderens forældre. Der var ingen møbler. Moderen var ked af det og bange. Faderen læste på universitetet og arbejdede, så hun var meget alene med Michail. Mens moderen fortalte, syntes jeg at kunne se sorgen i hendes øjne. Hun huskede, hvordan det var.

Jeg talte til Michail undervejs: "Så der lå du og mærkede, at din mor var bange og ked af det." "Ja, jeg kan huske, at jeg kunne høre, de sagde warh warh wahr til hinanden (skændtes)," udbrød han. Jeg fortsatte med en rolig, kærlig stemme, mens jeg trykkede skiftevis på hans fødder. "Og du kunne høre, de sagde warh warh wahr til hinanden." Jeg var opmærksom på at gengive Michails egne ord, så han kunne registrere, at jeg hørte og forstod, hvad han sagde. "Det må have været svært. Måske blev du bange for, om de kunne passe på dig?" Han sukkede. "Men det gjorde de, og de sidder her i dag

med dig. Og du overlevede. Godt gået." Han smilede og lænede sig tilbage.

Både i EMDR-terapien og i SE-terapien er det vigtigt at holde fokus på nutidens ressourcer, så kroppen ikke fortaber sig i de traumatiske oplevelser, men i stedet lærer at kunne veksle mellem det svære og det ressourcefylde.

Michails mor fortalte videre, at hun skulle opereres, da Michail var tre måneder gammel. Hun skulle indlægges på hospitalet, og Michail måtte ikke komme med. Mens hun var indlagt, skulle Michails far og hans bedstemor passe Michail. For mig at se en episode, der let kan sætte sig sine spor i en lille dreng.

Det var tydeligt, at det var en svær periode for både Michails mor og far dengang, for det påvirkede dem også nu at skulle fortælle om det.

Moderen var kun nogle dage på hospitalet. Men for et lille barn uden tidsforfølelse kan det føles som en evighed. Jeg genfortalte episoden til Michail ud fra et lille barns perspektiv. Jeg fortalte ham, at han overlevede og fik sin mor tilbage, at de sad sammen her i rummet nu og at faren fra dengang var ovre. Michail lyttede, lænede sig tilbage og gabte. Et fint tegn på, at hans krop lige dér slap noget af sin spænding. Der blev ro.

SELVBESKYTTELSE OG PARTERAPI

Bagefter spurgte Michail, om han måtte gå ind ved siden af og spille iPad. Jeg sagde ja i vished om, at han lige dér aktiverede sin selvreguleringsmekanisme, passede på sig selv, havde fået nok stimulering og trængte til at konsumere og restituere. Heldigvis var rammen jo, at jeg i denne time bestemte over Michail, så han gik uden at skulle konfronteres med andet end, at det var ok.

Timen fortsatte med parterapi. Vi fik sat fokus på forældrenes forskelligheder og styrker, fik sat ord på, hvad de ønskede sig af den anden, og hvorfor det ikke altid går, som de vil. Det er nemlig også en af udfordringerne i fa-

milien, at forældrene sjældent kan tale sammen i længere tid, fordi de kommer med så forskellige udgangspunkter og forventninger. Vi fik sat lidt kærligt lys på deres situation. Et for mig at se vigtigt step i, at de kan støtte hinanden og derved også Michail.

Det blev en fin samtale med frustration og forløsning, grin og hænder, der holdt hinanden. Jeg pointerede endnu engang min systemiske tilgang til familier, at det er i samspillet, alting opstår, og alting kan blive helet. At de er de vigtigste personer i Michails liv. Og de støtter ham bedst ved at støtte sig selv og hinanden.

Moderen sagde tak for samtalen og grinte til faderen, mens hun sagde: "Da lyttede du endelig til mig." Faderen smilede.

Imens sad Michail helt rolig i det andet rum og skulle slet ikke komme og forstyrre, hvilket han ellers plejede.

IDAG OG I FREMTIDEN

Familiesessionerne fortsatte indtil sommerferien 2014. I flerfamilierummet blev Michail stadig mere rolig. De andre familier bemærkede det. Han overkom lettere de andres drillerier og kunne koncentrere sig mere og mere. Moderen blev mere tydelig og stod fast med sikker stemme og kram, når hun skulle afdede Michail og dulme hans vågnende dinosaur. Faderen blev mere opmærksom på ikke at afvise, når Michail blev urolig, men i stedet støtte ham med en rolig stemme og et roligt kropssprog. Også i skolen kunne de se positive forandringer hos Michail. Der var ingen tvivl om, at den rejse, vi var begyndt på, gjorde familien godt.

I dag går Michail på en skole med færre børn og flere voksenressourcer. Det trives han med. Der er ingen, der ved, om Michail får så meget ro i sig selv og sin verden, at han kan være en del af en normal folkeskoleklasse igen. Og måske er det ikke målet i sig selv. Målet er vel, at han sammen med sin familie får helet deres individuelle og fælles historie, så de kan gå styrket ud i verden sammen og hver for sig.

Jeg er taknemmelig for, at jeg fik mulighed for at være en del af Michail og hans forældres liv for en stund og bruge mine værktøjer og indsigter til at hjælpe dem med at huske og udfolde deres egne svar og ressourcer.

LITTERATUR

Hart, Susan & M Bentzen (2013). *Jagten på de nonspecifikke faktorer i psykoterapi med børn*. København: Hans Reitzels Forlag.

Levine, Peter A (2012). *Den tavse stemme*. København: Hans Reitzels Forlag.

Levine, Peter, A & M Kline (2012). *Traumer set med barnets øjne*. København: Dansk Psykologisk Forlag.



Nynne Katrine Bojsen er uddannet cand.comm., psykoterapeut MPE, EMDR-terapeut samt socialfaglig familiecoach. Er efteruddannet i traumeterapi med børn via SE-kurser med Alé Duarte og Maggie Kline. Hun er i dag ansat i Familiepsykologisk Praksis på Frederiksberg og har derudover egen praksis i Lyngby.
