Bjørg Røed Hansen

I dialog med barnet

Intersubjektivitet i utvikling og i psykoterapi



GYLDENDAL
AKADEMISK

BJØRG RØED HANSEN

I DIALOG MED BARNET

INTERSUBJEKTIVITET I UTVIKLING OG I PSYKOTERAPI

GYLDENDAL
AKADEMISK

© Gyldendal Norsk Forlag AS 2012
1. utgave, 1. opplag 2012

ISBN 978-82-05-53291-5

Omslagsillustrasjon: Fra forfatteren
Omslagsdesign: Gyldendal Akademisk
Sats: Supernova
Brødtekst: Minion 10,5/15 pkt

Alle henvendelser om boken kan rettes til
Gyldendal Akademisk
Postboks 6730 St. Olavs plass
0130 Oslo

www.gyldendal.no/akademisk
akademisk@gyldendal.no

Forfatteren har mottatt støtte fra Det faglitterære fond.

Det må ikke kopieres fra denne boken i strid med åndsverkloven eller avtaler om kopiering inngått med KOPINOR, interesseorgan for rettighetshavere til åndsverk. Kopiering i strid med lov eller avtale kan medføre erstatningsansvar og inndragning, og kan straffes med bøter eller fengsel.

Forord

Takk til alle dere som har vært viktige for meg i å erfare og forstå utviklingsprosesser, dere jeg har møtt som pasienter, studenter, kollegaer, venner og familie. Som psykolog og psykoterapeut har jeg hatt et av de mest spennende og utfordrende yrker jeg kan tenke meg. Én ting er å forstå og begrepssette psykologiske fenomener på en måte som skaper nysgjerrighet og forståelse, og som åpner nye perspektiver, noe som skjer gjennom inspirerende faglige møter, forskningskunnskap og teoretiske modeller. Men den største utfordringen ligger i å omsette faglig kunnskap til terapeutiske møter som kan bidra til å igangsette endring. Her har dialogene med barn jeg har møtt, vært den viktigste inspirasjonskilden.

At det skulle bli en bok av det som faglig har hatt størst betydning for meg, spedbarnsforskning og psykoterapi med barn, har ikke minst Cathrine Idsøe vært en vennlig pådriver til. Underveis har min kjæreste og mann, Carl-Erik, gitt meg avgjørende støtte og oppmuntring. Men mest av alt har inspirasjonen vært selve temaet og mitt tilbakeblikk på noen av de barna jeg har møtt som har hatt behov for utviklingshjelp.

Oslo, august 2012

Bjørg Røed Hansen

Innhold

INNLEDNING 11
Oversikt over bokens innhold 12

KAPITTEL 1 INSPIRASJON OG FRASPARK 13
Tre små historier 14
«Krokodillen har også rett til å leve» 15
«Våre husdyr» og «Ville dyr i Afrika» 16
«I denne byen er det ikke lett å være barn» 18
Noen sentrale spørsmål 19
Bokens prosjekt 21
Psykoterapi med barn – en foreldet metode? 21
Nye inspirasjonskilder til psykoterapi med barn 22
Frasparket: Barneterapi – et mangfold av modeller 22
Tre hovedmodeller 23
Relasjonens voksende betydning 25
Påvirkning fra utviklingspsykologi 26
Utviklingspsykopatologi 27
Fra monadisk til dialogisk utviklingsmodell 29
Dialogen som overordnet 30
Mitt eget ståsted og det «terapeutiske rom» 31

KAPITTEL 2 FELLESSKAP OG GJENSIDIGHET – FILOSOFISK UTGANGSPUNKT OG PSYKOLOGISKE MODELLER 33
Et bevegende møte med Lisa 33
Intersubjektivitet 35
Intersubjektivitet og fenomenologi 36
Intensjonalitet og empati 37
Kroppslig sansning og reversibilitet (det tvetydige) 39
Implikasjoner for forståelsen av møtet med Lisa 41
Eksistensialfilosofi: Relasjonen til andre er gitt 42

Noen psykologiske perspektiver i forståelsen av intersubjektivitet 46
Fra sosiale relasjoner til selvorganiserende systemer 46
Samskaping og emergente egenskaper 49
«Holding» og speiling 51
Gjensidig anerkjennelse 52
Fra fenomenologi til speilnevroner: vi-sentrisitet og selv–andre-identitet 54
Betydningen for psykoterapi som praksis 56

KAPITTEL 3 INTERSUBJEKTIVITET OG SPEDBARNSFORSKNING 61
Systematiske observasjoner som grunnlag 61
«Ursamtalen» 62
Primær og sekundær intersubjektivitet 63
Affekter og affektregulering 65
Vitalitetsaffekter – tilstandsaktivering som bakgrunnsfølelse 66
Affektregulering – et dyadisk reguleringssystem 67
Synkronisering av interaksjon og følelser 69
Det nære sosiale samspillet 69
Eksperimentelle forstyrrelser av den gjensidige synkroniseringen 71
Kontingens og agens 72
Interaktive feil og reparasjoner 72
Den selvregulerende annen 73
Inntoning på opplevelse 74
Å dele følelser og intensjoner 74
Affektinntoning 75
Sosial referering 76
Meningsattribuering og utvikling av evne til mentalisering 78
Et «opplærende» samspill? 78
«Overattribuering» 78
«Markert speiling» 79
Språk og mentalisering 80
Mentalisering og sosial persepsjon 82
Implikasjoner for terapeutisk samhandling og kommunikasjon 83
Utviklingsmetafor som ramme for terapi 83
Synkronisering og regulering 84
Intersubjektive samværsformer 85

KAPITTEL 4 UTVIKLING AV BARNETS SELV 89
Fornemmelsen av et selv 89
Relasjon og selvfornemmelse som utgangspunkt 91
To «ulike» spedbarn 92
Formulering av suksessive områder for selvfornemmelse 93
Paralleller til tilknytningsteori 102
Utvikling av selvorganisering og evne til mentalisering 103
Selvorganiseringens forankring og hovedmål 103
Progressive nivåer av utvikling av selvorganisering 104
Samspillets betydning for utvikling av mentalisering 109

Noen sammenlignende betraktninger 111
Utvikling av selvet – implikasjoner for terapi 113
Utviklingslinjer og selvet som en kontinuerlig konstruksjonsprosess 113
Organisering av interpersonlig erfaring 114
Agens – en kjerne i selvutvikling 114
Affektiv kommunikasjon – et grunnleggende format i selvdannelsen 115
Betydningen av positive affekter 116
Narrativitet og lek 117
To hukommelsesformer – prosedural og deklarativ 118

KAPITTEL 5 TO HISTORIER OM TERAPEUTISKE UTVIKLINGSVEIER 120
Synkronisering og samspill som utviklingsarena for en fire år gammel gutt 122
Møte med Erik 123
Forståelse og terapeutisk tilrettelegging 125
Det terapeutiske samspillet 126
Nye spor i utviklingen 127
Et nytt intersubjektivt område utvikles 128
Tilrettelegging for «samspill- og barnerettet familieterapi» 130
Familiesamspill i sandkassa 131
«Barneveien» – et fint sted å være 131
Avsluttende betraktninger 132
Alternative fortellinger om å være redd – utvikling gjennom lek 134
Vårt første møte 135
Tilrettelegging for samtale og lek 135
Leken som fortellingsarena 136
En foreløpig forståelse og videre planlegging 138
Vi starter «brobyggingen» 139
Hvem er du for meg? 141
En alternativ historie om å være redd 141
Vi jobber med å «bygge broer» 143
Tid for å skilles 144
Vi møtes igjen og husker tilbake 145
Avsluttende kommentarer 146

KAPITTEL 6 AFFEKTIVE OG NARRATIVE DIALOGER 148
Den affektive dialogen 149
Førspråklige samspillformer og nevroaffektiv utvikling 150
«Følelseshistorien» 151
Den narrative dialogen 152
Symbolske lekesekvenser har narrativ struktur 153
Lekens utviklingsfremmende elementer i terapi 154
Leken gir barnet «ekspertise» 155
Lek fremmer evnen til mentalisering 156
Samtaler med barnet 157
To dialoger «hånd i hånd» 158

KAPITTEL 7 NOEN INNGANGER TIL TERAPEUTISK UTVIKLING 161
Kommunikasjonsnivåer og -former 163
Felles fokus for oppmerksomhet 166
Gjensidige reguleringer 170
Interaktive feil og reparasjoner 173
Å bli større enn seg selv – et utvidelsesprosjekt 176
Barnets proksimale (nære) utviklingssone 177
Å styrke selvagens 180
Å utvikle symboliserende ferdigheter 182
Meningsutvidelse og mentalisering – et narrativt konsept 184
Bruk av spesifikke teknikker og terapeutiske verktøy i intersubjektiv terapi ... 188
«Vi er like og forskjellige» 190
Gjensidig anerkjennelse og forskjellighet 191
Fastlåste posisjoner 192
Forskjellighet utvider og skaper glede 193
Fremskutte intersubjektive møter 195

KAPITTEL 8 TIDSAVGRENSET TERAPI MED BARN – EN RAMME FOR INTERSUBJEKTIVE PROSESSER 199
Kort historikk 200
Kriterier for metoden 201
Tidsavgrensning 201
Behandlingsfokus 202
Terapeutens deltakelse og aktivitet 204
Samarbeid med foreldrene 205
Endringsforståelsen 206
Terapiens faser 208
Innledningen – «å skape en hjelpende relasjon» 208
Midtfasen – «nå jobber vi sammen» 210
Avslutningen – «å ha hverandre i tankene» 211
Forlengelse av terapiprosessen 212
Hvilke barn passer tidsavgrenset terapi for? 213
Terapeutiske dilemmaer knyttet til behandlingsformen 215
Å skape mening 215
Dirigerende–ikke-dirigerende som terapeut 216
Mobilisering av følelsesmessige reaksjoner 217
Betydningen av tid 218

AVSLUTNING 221

REFERANSER 224

STIKKORD 237

Innledning

I denne boken rettes blikket mot utviklingsprosesser og gjensidighet. Gjennom spedbarnsforskning, barnets utvikling av et selv og psykoterapi med barn vil disse to hovedtemaene utgjøre figuren mot et bakteppe av forskningsfunn og teoretiske modeller. For å gi dybde til hva et møte innebærer av utviklingskraft, har jeg dessuten trukket inn noen filosofiske refleksjoner.

Denne boken har lenge ligget meg på hjertet. Den er et resultat av å være på jakt etter å forstå terapeutiske utviklingsprosesser. Modeller med overordnede begreper og perspektiver er spennende og meningsskapende, men griper ofte ikke tilstrekkelig de fenomenene som skjer her og nå, fenomener som utgjør det terapeutiske møtet. I det terapeutiske arbeidet med barn kommer dette spesielt godt frem, ved at barn er umiddelbare og nærværende i øyeblikket på en måte som utfordrer forståelsen. Barn tydeliggjør at møtet her og nå står frem med kraft.

At systematisk forskning finner sted, bidrar til at vi forstår mer av de faktorene som inngår i endringsskapende arbeid. Imidlertid kan kunnskap fra denne forskningen bidra til at vi mister det enkelte barn og betydningen av det som skjer her og nå i et møte, av syne. Barn er unike og individuelle i sitt personlige uttrykk og sin særegne opplevelsesverden. Vi har stort behov for å samle kunnskap gjennom systematiske studier. Men vi har også behov for erfaring og kjennskap knyttet til «den ene», det individuelt meningsskapende og opplevende barnet. De fenomenene som utspiller seg i det konkrete møtet her og nå, er en annen innfallsvinkel til å forstå hvordan terapi fungerer. Det er i rommet mellom refleksjon knyttet til kontekstvariabler og tilstedeværelse her og nå at den terapeutiske prosessen befinner seg. Min overbevisning er at vi har behov for å forstå og begrepssette det som skjer i mikroprosessene i terapeutiske møter, også for å forstå terapeutiske «sprang» og endringer.

For meg dreier psykoterapi med barn seg først og fremst om å igangsette utviklingsprosesser. Da står relasjonen og det som skjer i utvekslingen mellom barn og terapeut,

langt fremme i forståelsen. Det spesifikke inn mot å fornemme og forstå det enkelte barn får en fremskutt plass, samtidig som rammen som omgir møtet, er faglig kunnskap. Å forene disse to perspektivene er en kontinuerlig balansegang mellom refleksjon og tilstedeværelse, mellom de små skrittene i det som konkret foregår, og sprangene henimot et mål som innebærer bedre utviklingsmuligheter for det enkelte barn.

Oversikt over bokens innhold

Intersubjektivitet er den røde tråden i boken, og hvert kapittel vil ta for seg dette temaet slik det fremstår i ulike faglige kontekster. Hele veien trekker jeg med meg eksempler for på best mulig måte å konkretisere hva intersubjektivitet handler om både i barnets utvikling og i den daglige terapeutiske praksis.

Boken starter i kapittel 1 med noen spørsmål til hvordan vi skal forstå psykoterapi med barn, i tillegg til et kort riss av fagfeltet. Herunder skisseres også noen viktige dreininger og innspill fra andre fagfelter, spesielt utviklingspsykologi. Fremstillingen i kapittel 2 tar et filosofisk utgangspunkt for deretter å trekke frem noen mer overordnede teoretiske betraktninger knyttet til intersubjektivitet. Felles for dette bakgrunnsstoffet er en dialogisk forståelse som understreker betydningen av utveksling og gjensidighet i barnets utvikling. I kapittel 3 belyser jeg hvordan spedbarnsforskning har bidratt til å forstå intersubjektivitet som mikroprosesser i utviklingen og gitt temaet en forskningsbasert forankring. Utvikling står også sentralt i kapittel 4, men her belyst ut fra teorier om barnets utvikling av et selv. De to teoriene jeg tar for meg, integrerer på hver sin måte utviklingsforskning og intersubjektivitet i en overordnet teoretisk modell. Kapittel 2, 3 og 4 ender alle med en oppsummering av hvilke implikasjoner vi kan trekke for psykoterapeutisk kommunikasjon og utvikling.

Resten av boken, det vil si kapitlene 5, 6, 7 og 8, går direkte inn på psykoterapi med barn. To terapihistorier danner grunnlaget i kapittel 5. Disse historiene forteller om to konkrete og svært ulike terapiprosesser, som demonstrerer hvor forskjellig terapeutiske dialoger kan fortone seg. I kapittel 6 skisserer jeg det jeg oppfatter som to grunnleggende terapeutiske utvekslingsformater, det jeg har kalt affektive og narrative dialoger, og hvordan disse to formatene griper inn i hverandre. Kapittel 7 omhandler mer prinsipielle terapitemaer knyttet til en intersubjektiv terapiforståelse. Til slutt i kapittel 8 gjennomgår jeg tidsavgrenset fokusert terapi med barn som en velegnet ramme for intersubjektive prosesser. Underveis i disse kapitlene trekker jeg med meg kliniske eksempler som illustrerer teksten. Samtlige kapitler kan betraktes som ulike innfallsvinkler i prosessen med å gripe hva intersubjektivitet handler om. I den forstand er boken relevant for å utvide forståelsen av psykoterapi også med ungdom og voksne.

KAPITTEL 1

Inspirasjon og fraspark

Helt fra min første erfaring som barneterapeut har jeg vært fascinert av hvor unikt og personlig ethvert møte med et barn oppleves. Barn er forskjellige og har sin høyst individuelle måte å komme til syne på og gjøre seg gjeldende i et møte. Uansett forskjellige uttrykk, der både avvisning og sinne kan være utfordringer i terapistarten, har jeg alltid erfart barnets iver etter å formidle seg og bli møtt når vi finner et felles utgangspunkt. I prosessen med å finne dørene inn til dette fellesskapet blir jeg som terapeut også forskjellig i møte med hvert enkelt barn. Psykoterapi er en prosess kjennetegnet av gjensidig utveksling, der enkel årsakstenkning ikke gir tilstrekkelige rammer til å forstå det unike som skjer. Om og om igjen overraskes jeg av at det vokser frem følelser, ytringer og temaer hos barnet som skaper en ny og uforutsett vending. Samtidig er dette «nye» ofte små og tilsynelatende uvesentlige hendelser. Personlig synes jeg den terapeutiske prosessen beskrives best i paradokset mellom det utrolig enkle og nesten banale og det nesten ubeskrivelig kompliserte. En metafor jeg ofte har benyttet for å uttrykke dette paradokset er at psykoterapi handler om «å gjenfinne det store i det lille», noe mye av denne boken kommer til å handle om. Å forstå hva som skjer i lys av komplekse sammenhenger, der små hendelser kan avstedkomme viktige og store endringer, er kanskje en forståelsesramme som er bedre egnet til å beskrive terapeutiske utviklingsprosesser enn forenklede kausale sammenhenger.

Motivasjonen for å skrive denne boken er i første rekke skapt med bakgrunn i de barna som har hatt behov for det spesielle møtet som en terapeutisk setting innebærer. For meg har disse møtene vært bevegende, og jeg har også kommet til å endre meg i den forstand at jeg har fått øye på noe nytt, blitt overrasket, måttet revidere min oppfatning, eller ganske enkelt fornemmet uventede følelser. Underveis har jeg derfor opplevd usikkerhet og tvil om den utviklingsveien som skal til

for å hjelpe det enkelte barn. Denne usikkerheten berører et annet paradoks for den utøvende terapeuten, nemlig å være til stede i de mikroprosessene som gjensidighet og samhandling i det konkrete møtet består av, og samtidig kunne ha et overordnet blikk for å fremme den utviklingen barnet har behov for. Her har spedbarnsforskningen med studier av det tidlige samspillet vært en inspirasjon og bidratt med en konkretisering av hva utviklingsbefordrende dialoger innebærer (se blant andre Beebe mfl., 2005; Brazelton & Cramer, 1990; Hansen, 1991a, 1991b; Sameroff, 2004; Stern, 1985, 1995, 2004; Trevarthen & Aitken, 2001; Tronick, 1986, 1989, 1998).

Denne forskningen understreker den utviklingskraften som ligger i møtet mellom to subjekter, eller sagt på en annen måte i det *intersubjektive* området, et område som utgjør noe mer, noe utover de to deltakerne. Det er i dette møtet gjenkjennelse og anerkjennelse kan gi rom og mulighet for utvidelse og sammenheng. Boken kommer i hovedsak til å handle om den utfordrende balansegangen som ligger i dette møtet. Selv om jeg retter blikket inn mot psykoterapi med barn, er perspektivet like relevant for å forstå sider av terapeutisk arbeid med både ungdom og voksne. Men la meg starte med noen tilbakeblikk inn i terapirommet, der mine første terapeutiske møter med barn fant sted.

Tre små historier

Som nyutdannet psykolog fikk jeg anledning til å starte psykoterapi med tre gutter; la oss kalle dem Tor, Roger og Per. De var alle i seksårsalderen og innlagt ved en barnepsykiatrisk dagavdeling på grunn av store atferdsmessige og emosjonelle forstyrrelser, men der stoppet også likheten mellom dem. Problemene deres var svært forskjellige, de levde i ulike familiesituasjoner, og det personlige og atferdsmessige uttrykket hos hver og en av dem innebar tre unike møter. Der Tor var pågående og utfordret grenser, var Roger tilbaketrukket og unnvikende og kunne bli paralysert av angst. Per formidlet seg ikke med ord, men kommuniserte med tydelighet gjennom det kaoset han skapte i sandkassen. Det som imidlertid gjorde størst inntrykk på meg, var den måten disse barna tok tak i sitt eget utviklingsprosjekt på når de var gitt muligheten til å formidle seg til en interessert voksen person som hadde uttrykt ønske om å være til hjelp. Med fascinasjon ble jeg slått av hvor utrolig personlig og rik den tematiske kommunikasjonen de formidlet gjennom lek, var til å uttrykke opplevelser og en meningsverden. Leken deres var både «på liksom» og «på alvor». Jeg var så heldig å få følge disse tre barna gjennom en terapeutisk prosess over tid; den lengste varte i to år og den korteste i et drøyt

halvår. Denne perioden ble for meg utrolig inspirerende, ikke bare fordi den ga meg mine første erfaringer med barn i psykoterapi, men fordi jeg møtte barn som med vedvarende iver og motivasjon jobbet med å finne ut av vanskelige temaer og situasjoner. Det personlige uttrykket gjennom tegningene og leken i sandkassa ble et medium til å formidle seg og utvikle nye historier. Det må også legges til at jeg hadde en kunnskapsrik og erfaren veileder, som bidro til at det konkrete samspillet mellom meg og disse barna kom i sentrum. Og det var nettopp her i selve møtet at barnas utviklingsprosess hadde sitt feste.

«Krokodillen har også rett til å leve»

> Tor var en hyperaktiv seksåring som hadde store problemer med å finne sin plass og hensiktsmessige samværsformer så vel sammen med andre barn som med voksne. I enkelte situasjoner kunne han dessuten bli overveldet av angst for både sin egen og andres aggresjon. Da ble han helt ute av seg, nesten desperat og utrøstelig i sin uro og fortvilelse. Et stykke ut i terapien var han gjennom en lang periode opptatt av krokodillene fra lekeskapet. De var farlige for både andre dyr og hverandre, noe som kom til uttrykk gjennom ulike voldsomme scenarioer. Etter hvert konsentrerte han seg om en av krokodillene, og det ble mer og mer tydelig at han forsøkte å finne frem til et sted der den kunne passe inn. Det ble laget mange sjøer, men enten var de for kalde, eller så var de for dype, eller så kunne ikke krokodillen finne mat. Stadig var det noe som ble feil. Den var også i veien for andre dyr, enten voldsomt aggressiv og morderisk eller offer for det samme. Slik gikk time etter time. En dag begynte Tor å grave en slags hule i det ene hjørnet av sandkassa. Han viste en konsentrasjon og vedholdenhet som var ganske uvanlig for ham. Hele atmosfæren rundt ham uttrykte at han holdt på med noe overmåte viktig. Det var også vanskelig å få sanden akkurat passe våt til å forme en hule, noe han jobbet målrettet med til tross for at hulen raste sammen gang på gang. Men til slutt sto den der med tak, vegger og en åpning, et sted for ly og beskyttelse. Utenfor hadde han formet et lite basseng med vann i. Den spesielle krokodillen ble plassert ved vannkanten. Hele uttrykket hans formidlet en ro og tilfredshet da han tillitsfullt ser opp på meg og sier: «Krokodillen har også rett til å leve.» Og jeg kunne trygt bekrefte ham på at det hadde han så inderlig rett i, og formidle at jeg kunne se at han hadde jobbet hardt med å finne akkurat en slik plass der krokodillen passet og kunne ha det fint.

En måte å forstå denne sekvensen på er å se det slik at leken som utspilte seg, innebar personlige elementer som for Tor ga mening i hans opplevelsesverden. Hans motivasjon og engasjement i leken forsterket hypotesen om en parallell mening knyttet til å regulere og mestre aggresjon og «ville krefter». Hans erfaringsverden rommet skremmende episoder med ukontrollerbare voksne. Det intense strevet og jobbingen med krokodillene frem mot en løsning hadde fått noe til å falle på plass i hans egen opplevelsesverden. Historien utgjør et lite utsnitt av en større historie på terapirommet der vi møttes hver uke. Det er også viktig å tilføye at vi parallelt arbeidet med hans omsorgsmiljø, og hvordan Tor kunne få hjelp til å trygges i konkrete situasjoner.

Mange tanker kan knyttes til den terapeutiske betydningen av Tors historie. Innholdet i leken var spennende nok, men for meg er hovedpoenget den personlige måten han tok leken i sin besittelse på og konsentrerte seg om samme tema fra time til time. Hans oppmerksomhet var fokusert, han overkom utfordringer og var tydelig rettet mot utvikling av en fortelling. I denne situasjonen var han «større enn seg selv», fordi han hadde med seg en annen person som rettet sin oppmerksomhet mot hans lek, anerkjente hans uttrykk og strev med å finne ut av det, og oppmuntret og spilte inn med små kommentarer og forslag som han kunne ta til seg eller forkaste. Vi to var i et fellesskap som bød på følelsen av å bli møtt og forstått akkurat der han var, samtidig som det skapte muligheter for utvidelse og ny erfaring. At terapiprosessen i sin helhet bidro til en utvikling og endring som han selv kunne kjenne på, uttrykte han da vi mot slutten av terapien snakket om grunnen til at vi to hadde vært sammen på lekerommet, og hva som hadde vært vanskelig for ham. Da ser han opp på meg med et stort blått blikk og sier: «Men du skjønner at nå er jeg en helt alminnelig gutt.» Å kunne møte blikket hans og svare med at «det kan jeg se», rommet mye mer enn det ordene formidlet, både for meg og jeg tror også for ham.

«Våre husdyr» og «Ville dyr i Afrika»

At barna fant sin personlige og særpregede uttrykksform, var tydelig. Tor brukte lek, mens Roger etter hvert kom til å benytte tegning mer og mer for å gi uttrykk for sin personlige stemme.

> Roger var adoptert fra Sør-Amerika og hadde opplevd alvorlig omsorgssvikt så vel som overgrep av forskjellig art. Etter at han kom til Norge som treåring, hadde han vist svært forsinket motorisk utvikling. Språket hans var forsinket og spesielt, kontaktmessig var han fjern, og han virket utrygg, tilbakeholden og

> isolert. Han viste på mange måter at han bar på skremmende tanker og fantasier, noe han også kunne formidle ved paradoksale reaksjoner, som voldsom latter når han bivånte aggressive eller skremmende hendelser. Etter at vi hadde vært på lekerommet i en periode og han hadde fått gjentatte forsikringer om at jeg passet på alle de farlige dyrene, begynte vi sammen litt forsiktig å lage enkle tegninger med ulike farger. Dette ble starten på hans «store» prosjekt, som besto i at han i hver terapitime målrettet og med stor omhyggelighet laget en tegning. Tegningen ble utført med et alvor og en fordypelse som signaliserte at her var det noe betydningsfullt som foregikk. Etter mange timer ble den første boken av tegninger bundet inn og fikk tittelbladet «Våre husdyr». Boken inneholdt alt som symboliserte nærhet, omsorg og trygghet. Den første tegningen var en stor ku, der han ba meg tegne juret på kua og solen på himmelen; det ble for stort og vanskelig å ta hånd om for en liten, utrygg gutt. I neste time var temaet for tegningen et lite lam som diet sauemoren. Det som var fascinerende for meg, var også en slående endring i måten å tegne på hos denne gutten. Fra utydelige og lite sammenhengende streker tegnet han nå med kraftfull strek. Etter at denne første boken var ferdig, fulgte et nytt prosjekt, som kom til å utgjøre den neste boken med tegninger samlet under tittelen «Ville dyr i Afrika». Boken omfattet fargerike og dramatiske bilder av alt fra strålende flamingoer til kraftfulle løver og tigere. Her var det plass for det flotte, ville, sterke og aggressive som ellers vekket så mye angst og var så uhåndterlig for ham. Noe som også ga seg uttrykk i de kraftige fargene han benyttet på tegningene.

To tykke, selvproduserte bøker ble de tydelige sporene av en liten gutts kamp for å finne frem til en meningsfull forsoning mellom vanskelige temaer. At prosjektet hans var viktig for ham, ble tydeliggjort i det engasjementet og drivet han viste. De uttrykksfulle tegningene understreket hans personlige tilstedeværelse i en prosess der han fremsto med stadig større tydelighet. Å være sammen med Roger innebar å gå inn i hans verden, være følelsesmessig tilgjengelig og hjelpe ham med å regulere overveldende følelser. Han kunne bli «større enn seg selv» fordi han ble sett og gitt gjensvar gjennom små sekvenser avstemt etter den forsiktigheten han selv viste. At vi tidlig startet med å gjøre konkrete ting sammen, for eksempel å tegne små streker og sirkler, bidro til å opprette det fellesskapet som var nødvendig for at han kunne våge utforsking og mestring i etterhånd. Underveis, mens bøkene hans ble skapt, ble det utvekslet mange ord og historier knyttet til utfordringer og tilhørighet, til hva som kunne være farlig, og hva som ga trygghet og trøst. Da var det viktig at historiene og temaene var avstemt etter en «akkurat passe» grad av

spenning og nye innspill. Først da kunne styrke og mot være temaer han langsomt kunne nærme seg. Å la meg bevege av hans emosjonelle uttrykk ble derfor avgjørende for gjensidigheten i vårt samvær.

«I denne byen er det ikke lett å være barn»

Gjennom disse første terapierfaringene fikk jeg mange eksempler på hvor avgjørende det er å være en lydhør og inntonende ledsager, som kan bidra med viktige gjensvar og innspill. I terapien med Per ble det tydelig demonstrert hvordan et gjensvar kan utgjøre en signifikant hendelse og fungere som et slags vendepunkt i prosessen.

> Per hadde diagnosen selektiv mutisme; han snakket aldri noen andre steder enn hjemme. Han hadde gått i barnehagen i over to år, og ingen hadde overhodet hørt ham snakke der. Hjemme brukte han språk på en tilnærmet adekvat måte. Samtidig var hjemmeatmosfæren preget av at en av foreldrene var alvorlig deprimert, noe som bidro til at all kommunikasjon var neddempet, gledeløs og til dels forvirrende. Jeg møtte imidlertid en gutt som uttrykte seg kraftfullt gjennom lek. I sandkassa laget han en temmelig kaotisk by med ville dyr som angrep mennesker, biler som kjørte vilt og ikke enset menneskene som var på veiene, og hus som sto opp ned eller lå veltet. Min intervensjon i denne leken var velvillig nok, med forslag om at bilene som ville kjøre fort, kunne få en bilbane, og hvis det var gjerde rundt dyrene, ville det kanskje bli fredeligere for menneskene. Resultatet var at kaoset ble trappet opp, og både biler og ville dyr begynte etter hvert å rettes mot meg, der jeg satt på kanten av sandkassa. Opptrappingen fortsatte i intensitet, helt til jeg kom med følgende kommentar: «I denne byen kan det neimen ikke være lett å være barn.» Denne replikken utløste en total sceneforandring. Sandkassa ble ryddet for alle lekene, og med konsentrasjon og omhyggelighet bygde Per opp en bro av sand med det ene brofestet plassert der han satt, og det andre ved min plass, med et hus bygget av sand på hver side. Jeg oppfattet at nå som jeg endelig hadde forstått noe vesentlig, kunne vi begynne å kommunisere. Broen mellom oss ble, slik jeg forsto det, et symbol på dette, som en slags «bridge over troubled water». Etter hvert kom leken til å handle om en familie som bodde ute på en øy, og jeg skulle være en dame som kom roende ut til øya og snakket med dem.

Gjennom lekens rollefigurer begynte Per å fortelle hva som foregikk i familien ute på øya. Men det tok tid før han snakket til meg som Per, noe jeg hadde forsikret ham at han kunne bestemme selv. Jeg fikk aldri helt tak i hva som fikk meg til å komme med den forløsende replikken som endret både relasjonen mellom oss og Pers uttrykksform så radikalt. Men klart bevisst og reflektert var det ikke. Det var som den vokste ut av den utvekslingen vi hadde rundt den «ville» leken. Den ble skapt av eller var «iboende» i relasjonen og dialogen mellom oss. Først da jeg så den endringen som ble utløst hos Per, kunne jeg reflektere over den spesielle meningen min kommentar hadde – at jeg hadde forstått at noe kunne være vanskelig.

Med disse tre historiene og korte refleksjonene er temaet for boken angitt: *betydningen av det terapeutiske møtet og gjensidigheten i den terapeutiske utvekslingen*. Møtet med hver av disse tre guttene bød på ulike utfordringer som vekket forskjellige følelser, tanker og handlinger hos meg. Jeg måtte også bruke meg selv på ulike måter for å kunne tone meg inn på og fange opp det de formidlet. Å oppdage hvordan de tok sine egne utviklingskrefter i bruk, både berørte meg og skapte glede i møtet med dem alle tre. At det jeg bidro med inn i disse møtene, fikk avgjørende betydning, ble også tydelig. Som nybegynner i faget ble jeg både slått av og nesten overrasket over betydningen av det konkrete samspillet mellom barnet og meg i disse terapitimene. Mine utspill, gjensvar, også helt kroppslig og ved konkret posisjonering, ble avgjørende for det som skjedde videre, også slik det kom til uttrykk gjennom barnets funksjon og måte å formidle seg på. Det var som om barnet utvidet sitt repertoar eller fant nye veier gjennom å bli møtt på spesielle måter. Utviklingsprosessen kunne observeres på stedet. Her ble de små hendelsene og mikroprosessene mellom oss en forutsetning for de mer overordnede linjene eller makroprosessene i det terapeutiske forløpet.

Noen sentrale spørsmål

Hva er det som skjer i psykoterapi med barn? Hvordan kan en eller to timer i uken sammen med en psykoterapeut få betydning og bidra til utvikling hos barnet? Hva er det ved den psykoterapeutiske prosessen som er virksomt, i betydningen skaper utviklingsbetingelser for barnet? Dette er grunnleggende spørsmål som vi i det følgende skal forsøke å finne noen svar på.

Med erfaring fra timene med Tor, Roger og Per, og etter hvert en stor gruppe barn i et vidt aldersspenn og med ganske forskjellige problemer, har spørsmålene blitt mer spesifikke.

- Hvilken betydning har den terapeutiske relasjonen, og hvordan skal vi forstå det terapeutiske møtet med barn?
- Hvilken plass har det konkrete samspillet og mikroprosessene i å forstå terapeutisk utvikling?
- Hvordan kan utviklingspsykologi bidra til å forstå terapeutiske endringsprosesser?
- Hva betyr lek og andre analoge kommunikasjonsformer i det terapeutiske arbeidet?
- Må temaene i leken tolkes og bevisstgjøres for barnet for å bidra til utvikling og endring?
- Må vi som terapeuter snakke med barnet om problemene deres for at endring skal skje?
- Hvordan skal vi forstå problemer hos barn, og hvilke modeller kan best ivareta barns spesielle premisser?
- Og ikke minst – hvordan tilrettelegger vi for at barnet skal engasjeres i et endringsarbeid?

Disse og andre spørsmål danner bakgrunnen og motivasjonen for å sammenfatte noe av den kunnskapen som kan være bidrag til svar. Entydige svar vil det være umulig å gi, ikke minst fordi det psykoterapeutiske kunnskapsfeltet er preget av ulike forståelsesmodeller med til dels svært forskjellig syn på både hva endring er, og hvilke betingelser som tilrettelegger endring. Mangfoldet, tvetydigheten og alle paradoksene på dette feltet er på den annen side næring til å stimulere den kunnskapen og erkjennelsen som skal til for å forme den personlige utviklingen som terapeut, det tilstedeværende «terapeutsubjektet», slik deltakelsen i den terapeutiske dialogen forutsetter.

Som allerede antydet vil hovedtemaet i boken være kompleksiteten i den terapeutiske relasjon og samhandling. Her utgjør den intersubjektive utviklingen et viktig fundament, slik spedbarnsforskning og forskningsbaserte modeller om barnets utvikling av et selv har vist. Ved å belyse nyansene i intersubjektivt samspill bidrar denne forskningen til å gi terapeutisk praksis en utvidet kunnskapsbase. Dette innebærer at mikroprosessene i det terapeutiske samspillet blir sentrale i endringsforståelsen. I et slikt perspektiv vil det psykoterapeutiske forløpet ikke være forankret i noen «oppskrift» og forstås kausalt, men måtte romme det ukjente og usikre som det å begi seg inn i et nytt landskap innebærer, selv om kart og kompass i form av kunnskap er med på veien.