

# Angst hos børn

Feltet 'angstlidelser hos børn' er internationalt nyt og en helt aktuel bogudgivelse indfører det for første gang i Danmark. Bogen får her varme ord med på vejen.

Ingrid Leth og Barbara Hoff Esbjørn, Institut for Psykologi, Københavns Universitet, har redigeret en bog om angstlidelser hos børn: separationsangst, specifik fobi, socialangst, generaliseret angst og OCD. Det er den første af sin slags på dansk.

Det er en virkelig anbefalelsesværdig udgivelse, præget af forfatternes indgående kendskab til klinisk arbejde med børn og til betydningen af at udvikle faget ud fra forskningsbaseret viden. Den er et skoleeksempel på en fagbog, der opfylder nutidige krav. Redaktørerne kalder det beskedent en håndbog, hvilket nok skyldes ønsket om, at bogen vil blive anvendt af psykologer og andre fagpersoner, der skal undersøge og behandle børn, eller som møder dem i undervisningslokale, konsultation eller rådgivning. Men klinikere, der arbejder med voksne (som kan være meget unge) kan også hente inspiration her.

Introducerende giver Leth et historisk rids af forståelse og behandling af angstlidelser hos børn. I kapitel 1 gennemgås teorier om, hvorfor angst opstår, hvorfor og hvordan den vedligeholdes – en skelnen med stor klinisk relevans, idet psykologisk behandling primært retter sig mod vedligeholdende faktorer. Risikofaktorerne er ifølge forfatterne genetisk disposition, neuropsykologiske faktorer, temperament, emotionsreguleringsfærdigheder – et interessant nyere forskningsområde – kognitive bias, forvrængninger, erfaringer med kontrol samt forældreadfærd. Hertil kommer fravær eller tilstedeværelse af beskyttende faktorer. Det er ikke enkelt.

I kapitel 2 gennemgår Anders Gade indsigtfuldt angstens neuropsykologi, ikke mindst amygdalas rolle. Det er den bedste fremstilling, jeg har set på dansk af dette emne. Forfatteren får neuropsykologien til at møde den kliniske psykologi. Heller ikke enkelt, fordi forfatteren konsekvent undgår neuropoppens forenklinger. Kapitlet fremstår ikke helt integreret med bogens øvrige kapitler, fordi det er sværere at foretage den modsatte operation – fra klinisk psykologi til neuropsykologi.

I kapitel 3 gennemgår Esbjørn m.fl. forekomst, klassificering og

diagnosticering samt metoder til øvrige vurdering af angsttilstandene. I kapitlerne 4-5 gennemgås generelle principper for kognitiv adfærdsterapi anvendt på børn (Esbjørn m.fl.) og effektforskningen på dette område (Sømhoved & Breinholst). Både her og senere er det gådefuldt for forfatterne, hvorfor positiv effekt af at medinddrage forældre ikke altid klart kan dokumenteres i studier.

Kapitlerne udgør et godt grundlag for klinisk arbejde og kommende forskning.

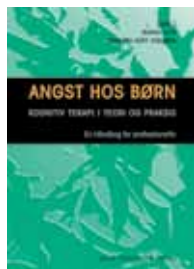
## Mange brugbare eksempler

De følgende kapitler gennemgår behandling af de enkelte lidelser. Der er i alle kapitlerne brugbare eksempler på eksponering, psykoedukation, kognitiv omstrukturering, afledning, identificering af følelser mv. i børnehøjde. Dette er i sig selv et vidt begreb, og det understreges igen og igen, at der skal tages højde for barnets udviklingsniveau i behandlingen.

I kapitlet om generaliseret angst (Nielsen m.fl.), hvor der er mindre viden om børn, gøres et vellykket forsøg på at tilpasse erfaringer fra modeller og metoder på voksenområdet til børn. Det fremhæves ved alle angstlidelser, hvor vigtigt eksponering er, og at formålet med denne metode ikke mere blot er desensibilisering, men giver mulighed for at afkræfte katastrofetanker. Der er også mange eksempler på, hvordan terapien skrider frem som et samarbejde mellem barn og psykolog, at forældre og lærere ofte involveres, og at barnet skal forstå metodernes rationale for at kunne samarbejde.

Bogen afsluttes med en præsentation af den evidensbaserede, psykologiske behandling af børn med angst på angstklinikker ved Institut for psykologi, Kbh. Universitet, der især anvender individuel terapi, og Psykologisk Institut, Aarhus Universitet, der især har gjort gruppebaseret behandling til deres speciale. ■

Nicole K. Rosenberg



## BOGDATA

Ingrid Leth og Barbara Hoff Esbjørn (red.): Angst hos børn. Kognitiv terapi i praksis – En håndbog for professionelle. Dansk Psykologisk Forlag, 2012. 328 sider. 348 kr.