

Er psykoterapi for børn?

Psykoterapi anses almindeligvis for at være den mest dybtgående og omfattende form for psykologisk hjælp, både når det gælder børn, unge og voksne. Men passer det for børn? Eller er det mere virkningsfuldt, hvis de får hjælpen af deres omsorgspersoner i hverdagen?

Artiklen bygger på erfaringer med omsorgssvigtede, utrygt tilknyttede børn, der er anbragt i miljøterapi uden for hjemmet, og som i nogle tilfælde desuden går i psykoterapi. Desuden indrages erfaringer med hjemmeboende, normalt udviklede børn, der har afgrænsede vanskeligheder.

Først gives en præsentation af de to metoder, spejling og jeg-støtte, som erfaringerne er gjort med (jf. mine bøger på dansk om miljøterapi med omsorgssvigtede børn og om vejledning af normalt udviklede forældre, der har børn med et afgrænset problem). Derefter udfoldes en idé om, at behandling i omsorgsrelationen kan være mere virkningsfuld end psykoterapi.

De omfattende udviklingsvanskeligheder, som kendetegner det svigtede barn, kan sædvanligvis forstås ud fra barnets historie med sine omsorgspersoner. Det samme gælder for afgrænsede vanskeligheder hos det ellers normalt udviklede barn.

Spørgsmålet er derfor nærliggende, om løsninger også bedst kan skabes i omsorgsrelationen, dvs. ved at psykologen vejleder omsorgspersonerne i at give en terapeutisk hjælp i levemiljøet, i stedet for at have barnet i psykoterapi. (Omsorgspersonerne er for det anbragte barn primært pædagoger eller plejeforældre på anbringelsesstedet. For barnet, der bor hjemme og får tilstrækkelig god omsorg, er det primært forældrene).

Inden for psykoanalytisk psykoterapi er der tradition for at anbefale, at ydre belastninger i barnets hverdag, fx drillerier i skolen, løses af de personer, som er omkring barnet i hverdagen (i eksemplet: lærere og forældre). Det er indre, psykiske problemer, som kan give anledning til psykoterapi.

Fra et nutidigt relationelt standpunkt kan man imidlertid spørge: Hvad er indre problemer andet end resultatet af ydre belastninger, som har bestået længe nok til at være blevet indre?

Det kan illustreres med Adam. Han er udsat for en ydre belastning, idet han bliver drillet i skolen, og han trives dårligt der. Skolen får løst problemet. Eller det troede man, for problemet genopstår senere, og denne gang lykkes det ikke for skolen at løse det.

Adams forældre har en fornemmelse af, at problemet stikker dybere, og opsøger psykologisk rådgivning. I samtalerne med psykologen udvikles den tanke, at Adam måske er et let offer for drillerier, fordi han generelt har svært ved at hævde sig over for andre. Forældrene beskriver sig selv som ambitiøse, både på egne, Adams og hans søsters vegne. De har en fornemmelse af, at Adam er utilfreds med mange af deres krav til ham, men at han, i modsætning til sin søster, ikke tør sige dem imod.

Anskuet sådan har den ydre belastning i skolen baggrund i en ydre belastning i hjemmet, som Adam 'tager med sig' hen skolen, og som dermed er blevet indre. Dette kan pege på, at der findes problemer, som ikke er enten ydre eller indre, men som både har en 'ydside' og en 'inderside'. Hvis det er sandt, forekommer der at være brug for også at kunne samle de to interventionsformer: afhjælpning i det daglige miljø og psykoterapi i én og samme hjælp.

Det er netop, hvad man gør, når man anvender spejling og jeg-støtte i omsorgsrelationen. På én gang retter omsorgspersonerne opmærksomheden mod barnets indre verden (som psykoterapeuten ellers gjorde) og den ydre verden, som både barnet og de selv er en del af.

Når hjælpen gives i omsorgsrelationen, kan barnet få den når som helst og i tæt forbindelse med, at vanskelighederne viser sig. I psykoterapi må barnet derimod nøjes med et antal ugentlige samtaler, og det skal kunne overføre udbyttet af samtalerne til hverdagen. Hjælp via omsorgsrelationen ser endvidere ud til at være mere meningsfuld, end psykoterapi, særligt for svigtede børn, fordi de ofte ikke selv oplever, at de har et problem og derfor ikke ønsker psykoterapi.

Artiklen er hypoteseudviklende og tænkt som et oplæg til eftertanke og diskussion på tværs af teoretiske orienteringer. Den lægger desuden op til, at klinikere i det enkelte tilfælde overvejer og afprøver den foreslåede fremgangsmåde, før psykoterapi tilbydes. Endelig kan artiklen måske inspirere til forskning i spørgsmål som: Hvad er effekten af henholdsvis psykoterapi og behandling i omsorgsrelationen? Hvad er effekten af spejling og jeg-støtte, sammenlignet med andre metoder? Og hvad er metodernes virkningsmekanismer?

Reference: Rasborg, L.: Milieu therapy for neglected children: Treatment in a caring relationship, *International Forum of Psychoanalysis*, Online d. 24. juli 2014. Artiklen kan frit læses i versionen "the accepted manuscript" på www.lrpsykolog.dk.

Forfatter/kontakt: Lars Rasborg, praktiserende psykolog, specialist i klinisk børne-psykologi, post@lrpsykolog.dk.