

Tilknytning gennem leg

Energi, leg og glæde indgår i Theraplay, som tre danske psykologer har stiftet bekendtskab med på et kursus i USA. Nu indgår metoden i deres arbejde i Danmark.

Metode – ■ Af C. Smedegaard, G. Jørgensen og C. Hagmund

■ I januar 2010 besøgte vi tre psykologer New York med det mål at deltage i et kursus i *Theraplay*. Metoden har eksisteret i mange år, men har endnu ikke holdt sit indtog i Danmark. Vi repræsenterede dermed et land, der endnu ikke har haft deltagere på *Theraplay*-kurser, men vi kommer alle fra institutioner, der forsøger at integrere den neuroaffektive udviklingspsykologi i det terapeutiske arbejde og havde derfor en særlig interesse i at være med.

Theraplay er en metode, der blev udviklet i 1969 på baggrund af projekt "Head Start" i fattige kvarterer i det meste af USA. Principperne er baseret på tilknytningsteorien, og det teoretiske fundament er gennem de seneste år søgt koblet sammen med den neuroaffektive udviklingspsykologi. Metoden sigter mod at etablere kontakt, forandre forældres og børns indre arbejdsmodeller og skabe eller genskabe sikre tilknytningsmønstre hos barnet *gennem leg*.

Tilknytningsmønsteret udvikles og grundlægges gennem barnets første leveår, og metoden tager derfor udgangspunkt i højre hjernehalvdels dominerende status i disse levemåner. Den tidlige og sikre tilknytning udvikles især igennem præverbal og emotionel kommunikation, øjenkontakt, berøring, rytme og afstemt respons. Derfor anvender *Theraplay* disse elementer som en naturlig del af samspillet mellem barnet og forældre.

Legene i *Theraplay* er tilrettelagt ud fra barnets følelsesmæssige udviklingsniveau snarere end ud fra barnets faktiske alder. Der er tale om en energifyldt, legende og glædesfyldt metode, hvor terapeuten på en omsorgsfuld og in-

sisterende måde forsøger at etablere en positiv kontakt til barnet.

Omsorg, struktur, engagement, udfordring

Kongstanken bag den insisterende holdning til kontakt, som adskiller *Theraplay* fra mere klientcentrede metoder, hvor barnet i højere grad "viser vejen", er at give barnet nye og mere hensigtsmæssige erfaringer med, at den voksne kan regulere arousalniveau og give tilpas stimulation. Hvis barnets forældre ikke skønnes egnede til at lære at lege *Theraplay*-lege med barnet, vil målet være at skabe en særlig kontakt mellem en primærvoksen (plejeforældre, pædagog mv.) og barnet gennem *Theraplay*.

I de tilfælde, hvor der ikke er en voksen, der kan bidrage med disse kvaliteter i barnets liv, arbejdes der med at etablere kontakt mellem en terapeut og barnet, så barnet på sigt kan blive i stand til at overføre erfaringerne fra *Theraplay*-samspillet til samvær med andre.

Theraplay er udviklet til børn i alle aldre, men er primært anvendt i halvanden- til 12-årsalderen. Metoden bliver brugt til børn med sociale, følelsesmæssige, udviklingsmæssige og adfærdsmæssige vanskeligheder.

Theraplay forsøger at efterligne den sunde interaktion mellem forældre og barn og har identificeret nogle basale principper i forældre-barn-samspil, der i metoden bliver organiseret omkring følgende fire dimensioner: *omsorg, struktur, engagement* og *udfordring*.

Samspillet observeres og vurderes ved hjælp af en vi- >

- > deofilmte interaktion mellem barn og forældre består af en række praktiske opgaver, der er designet til at fremkalde interaktioner inden for de fire dimensioner. Denne seance sigter på at: 1. Vurdere forældrenes evne til at sætte grænser (struktur). 2. Motivere og engagere barnet i kontakten (engagement). 3. Møde barnets behov for pleje og omsorg (omsorg). 4. Støtte og udfordre barnet (udfordring). Interaktionerne anvendes i udredningsforløbet til at vurdere, hvordan fordelingen af lege skal tilrettelægges inden for de forskellige dimensioner.

Strukturlege handler om, at den voksne som "karavanefører" inviterer til samvær. Karavaneføreren viser vejen for, hvordan de sammen skal bevæge sig ind og ud af legen, og hvordan de skal sammen skal være i legen. Struktur handler om at vise og sætte grænser, både i fysisk og psykisk form, og guide barnet igennem oplevelserne. Struktur er ikke kontrol, men tanken om, at "en, der er større, skal skabe ro og sikkerhed."

Omsorgslege handler om at skabe trykthed og sikkerhed. Omsorg hjælper barnet til at skabe indre repræsentationer af sig selv som elskelig og acceptabel, bare "som han er". Omsorg handler om at bevare overskuddet og overblikket til hele tiden at tage var på barnet samt skabe eller genskabe kontakten til barnet.

Engagementslege handler om at give barnet erfaringer med at være i samspil med en voksen på en legende måde, der er optimalt afstemt efter barnets arousalniveau. Barnet gives hermed nye oplevelser af egen krop, fællesskab med andre og delt glæde. Den voksne insisterer på kontakt ved at fokusere på barnet med stor opmærksomhed på, hvornår noget bliver for meget. Det er med andre ord den voksnes ansvar at initiere kontakten – ikke barnets. Det efterstræbes at opnå øjenkontakt og resonans i samspillet.

Udfordringslege handler om at have fokus på at skabe en følelse af kompetence og mestring hos barnet. Det er vigtigt at afpasse udfordringerne til barnets udviklingsniveau og sikre, at barnet får succes med at mestre disse. Barnets naturlige impuls til at kaste sig ud i nye ting forstærkes, samtidig med at den voksne hele tiden er klar til at støtte, når det behøves.

Erfaringer fra Finland

Theraplay har udviklet sig gennem de seneste 40 år fra at være en behandlingsform, der primært lænede sig op af ca-

Forfatterne henviser interesserede til Booth, P.B. & Jernberg, A.M. (3rd ed.): *Theraplay - Helping Parents and Children Build Better Relationships Through Attachment-Based Play*, Jossey-Bass, 2009. Desuden til hjemmesiden www.theraplay.org.

Det finske studium er beskrevet i Mäkelä og Vierikko, 2004: *From Heart to He: Interactive Therapy for Children in Care. Report on the Theraplay Project in SOS Children's Villages in Finland 2001-2004*. SOS Childrens Village, Finland 2004.

sestudier, til i dag at være valideret på baggrund af undersøgelser ud fra eksperimentelle studier. Teorien bag blev oprindeligt udviklet og undersøgt som en behandlingsform til børn med autismespektrum-forstyrrelser. Senere er en bred vifte af psykiatriske diagnoser, herunder ADHD og dobbelt diagnoser, blevet undersøgt.

Det tilsyneladende grundigste studium er foretaget i SOS-børnebyerne i Finland af børn med tilknytningsforstyrrelser. Her blev 20 børn i alderen fire til 13 år undersøgt sammen med deres plejefamilier. Fælles for alle børn var, at de havde massive vanskeligheder med at knytte sig til deres plejefamilier, som de minimum havde boet hos et år. Derudover viste børnene en række eksternaliserende og internaliserende symptomer såsom adfærdsproblemer, social tilbagetrækning, somatiske klager, angst og depression samt opmærksomhedsforstyrrelser.

Selve behandlingen bestod af 2 x 4 dages intensiv Theraplay-behandling med seks ugers mellemrum. Seks måneder efter behandlingen blev der lavet en follow up-undersøgelse. Alle børnenes eksternaliserende og internaliserende symptomer viste sig at være aftaget umiddelbart efter behandlingsforløbet og vedblev reduceret ved follow up-undersøgelsen.

- - -

Efter besøget i USA har vi alle ladet os inspirere af metoden i vores daglige terapeutiske behandlingsarbejde med anbragte børn og unge. Vores umiddelbare oplevelser er positive, og børnene synes i høj grad at profitere af denne nye og anderledes måde at indgå i kontakt og samspil på.

Charlotte Smedegaard
psykolog på behandlingsinstitutionen Godhavn,
Gitte Jørgensen & Charlotte Hagemund
psykologer på behandlingshjemmet Skovgården