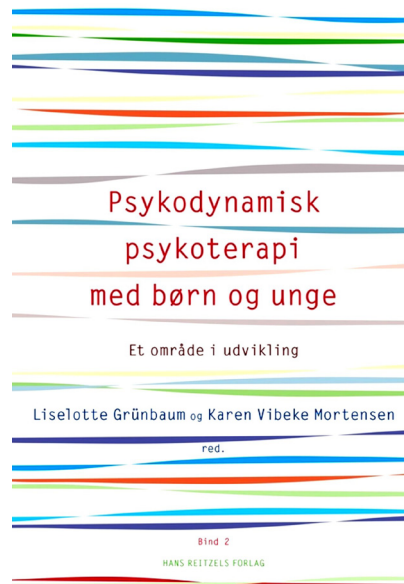


Bokanmälan  
Bokanmeldelse

Lise Radøy og Anne Okstad  
Olso



## Psykodynamisk psykoterapi med barn og unge

av Liselotte Grünbaum og Karen Vibeke Mortensen

### Enestående lærebok om psykodynamisk psykoterapi

Liselotte Grünbaum og Karen Vibeke Mortensen har skrevet noe så uvanlig som en lærebok i psykodynamisk psykoterapi med barn og ungdom. Dette er meget gledelig og ønskes varmt velkomment! "Psykodynamisk psykoterapi med barn og unge", består av to bind, og er den første i sitt slag i Skandinavia. Boken ble publisert på Hans Reizels forlag i 2016. Den er preget av forfatterne lange og omfattende kliniske erfaring. Begge er psykologer med videreutdanning i psykoanalytisk psykoterapi med barn og unge, og begge har undervisnings-, veilednings- og forskningspraksis. Liselotte Grünbaum har også vært en sentral skikkelse i oppbyggingen av utdannelsen i psykodynamisk psykoterapi i Danmark, som tilfredsstillende europeiske standarden (EFPP).

Det første bindet, "En grundbog om teorier og arbeidsmetoder" omhandler psykoterapeutisk

arbeid med barn og unge, og vi får her en grundig beskrivelse av selve grunnlaget for denne behandlingsformen. Det andre bindet, "Et område i utvikling" omfatter forskningsartikler og artikler som beskriver interessante kliniske psykoterapiforløp. Boken er redigert av forfatterne, og mange av artiklene er skrevet av yngre psykologer.

Innledningsvis understreker forfatterne at psykodynamisk barneterapi er en veldokumentert, effektiv behandlingsform som kan hjelpe både barn med lettere psykiske vansker og barn med tidlige og omfattende forstyrrelser. Det eksisterer mange myter om metoden, og forfatterne har hensikt med boken er blant annet å gjøre tilnærmingen mer kjent. Boken henvender seg først og fremst til fagfolk, og kan med god nytte anvendes som oppslagsverk. Den er lettskrevet og åpner også for at andre interesserte uten særlige forutsetninger kan ha utbytte av å lese den. Forfatterne gir en historisk framstilling av utviklingen av psykodynamisk forståelse og behandling av barn og ungdom. Barne-

terapien har sitt utspring i den tidlige psykoanalyse, der Anna Freud og Melanie Klein skapte det teoretiske og metodemessige grunnlaget for det barneterapeutiske arbeidet. Det fremheves at det har skjedd en enorm utvikling med terapiformen siden dens start. Nye teorier og metoder har etter hvert blitt integrert, som for eksempel nyere objektrelasjonsteori, tilknytningsteori og nevropsykologisk teori.

### **Bind 1: En grundbog om teorier og arbeidsmetoder**

Det første bindet gir en grundig gjennomgang av psykoterapeutisk arbeid med barn og unge. Den har et enkelt språk, og trekker ut essensen samtidig som de evner å gå i dybden på temaer de ønsker å belyse. De tre første kapitlene beskriver hva psykodynamisk psykoterapi innebærer og hvilke forutsetninger som må være tilstede for å igangsette denne måten å arbeide på. Man får inntrykk av at alle barn bortsett fra der problemet i vesentlig grad ligger utenfor dem selv, kan nyttiggjøre seg psykodynamisk barneterapi. Det understrekes at en god allianse med foreldrene er avgjørende for at en terapi med et barn skal lykkes, og at det er nødvendig å bruke tid på arbeid med foreldrene. Det gis en god gjennomgang av hva som er viktig ved undersøkelse av barnet. For å vite hva som er den beste tilnærmingen for et barn, understreker forfatterne nødvendigheten av en grundig utredning. Dilemmaer rundt setting av diagnose drøftes, og det fremheves at det viktige kanskje ikke er diagnosen, men å forstå hva problemene dreier seg om, hvor omfattende de er og hvor problemene kommer til syne. Det legges også stor vekt på terapiens rammer og den terapeutiske relasjon. Vi får her en nøye beskrivelse av de ytre rammene som må være tilstede for at en barneterapi kan igangsettes.

Den oppmerksomheten som blir lagt på overførings- og motoverføringsforholdet mellom terapeut og pasient fremheves som det som skiller denne formen for terapi fra andre terapiformer. Leseren får en grundig beskrivelse av hva et overføringsarbeid innebærer, hvordan det preger relasjonen og hvordan man kan arbeide med overføringen. Begrepene proaktiv identifikasjon og containment er sentrale for forståelsen av den tera-

peutiske holdningen, og blir godt beskrevet. Likeså utviklingen av evnen til å tenke og symbolisere. Forfatterne beskriver terapien som en sirkulær og fremadskridende erkjennelsesprosess. Terapeuten realitetstester sine intuitive ideer om barnets indre verden gjennom å komme med verbale forslag (tolkninger) for deretter å observere hvilken virkning dette har – ved å vente og se – om hvordan barnet reagerer. Barnet kan i terapien ofte anvende tegning og andre former for symbolske uttrykk. Ofte berøres temaer som barnet ennå ikke selv er seg bevisst. Det er derfor viktig å være varsom med tolkning, men la barnet gjennom lek utforske og bearbeide sine opplevelser og følelser.

Foreldrearbeid løftes frem som sentralt når det gjelder mulighet for å lykkes med en barneterapi. Uten god allianse med foreldrene, er en terapi med barnet ikke mulig. Det er derfor viktig å bruke tid på å beskrive metoden slik at foreldrene forstår hva den innebærer, samt arbeide for å finne en felles forståelse av vanskene og hva målsetningen av behandlingen skal være.

Psykoterapi med unge skiller seg fra arbeid med barn og voksne. Ungdommen tar ikke i bruk lek på samme måte som barnet, de anvender ofte heller ikke ord for å uttrykke seg, slik som i en terapi med voksne. Man kan kanskje si at ungdommen befinner seg et sted mellom leken og drømmen. Ungdommen er inne i en løsrivelsesprosess, og det å knytte seg til en terapeut innebærer en utfordring. Man må som terapeut tåle en god del avvisning, at timer avlyses eller at ungdommen rett og slett ikke dukker opp.

Begynnelser og avslutninger i terapi vies god plass. Viktigheten av det første møtet løftes frem og det gis gode forslag til viktige temaer man bør være oppmerksom på. For eksempel; hvilke forventninger har barnet til terapien; hvordan er motivasjonen, lidelsestrykket, og hvordan oppfatter barnet seg selv og sin egen situasjon. Betydningen av avslutning belyses i et eget kapittel. Det å avslutte noe rører ved temaer rundt separasjon, det å miste noe, gi slipp på noe, og i sitt ytterste berører det det ugjenkallelige; døden. I et lengre terapiforløp, vil det oppstå pauser og uplanlagte avbrytelser. Dette kan intensivere og tydeliggjøre grunnleggende relasjonstemaer og dertil knyttede forsvarsfantasier og relasjoner, og dermed gi materiale som kan arbeides med videre i terapien. Hvor-

dan barnet reagerer på slike hendelser, kan være en pekepinn om hvordan barnet vil kunne håndtere en avslutning.

Forfatterne har bred erfaring med traumer og behandling av traumatiserte barn, ungdom og familier. De gir en grundig beskrivelse av psykoterapi ved tidlig omsorgssvikt og mishandling, samt psykoterapi ved kompleks traumatisering. Det understrekes at traumeterapi innebærer store utfordringer for terapeuten. Ved siden av emosjonell ustabilitet, utagering og tilbaketrekning, kan barnet vise en mangelfull evne til å ta imot omsorg og unngå å være opptatt av traumene. Arbeidet med traumatiserte barn og unge er et særdeles emosjonelt belastende terapeutisk arbeid, og nødvendigheten av veiledning og supervisjon understrekes. Det trekkes inn gode kliniske eksempler som belyser de temaer forfatterne fokuserer på. Videre beskriver de psykoterapeutiske strategier som kan være nyttige ved kompleks traumatisering, og understreker at terapien må ha en tilstrekkelig varighet og hyppighet for å ha effekt.

Det første bindet har også et eget kapittel om forskning og viser til at psykodynamisk terapi med barn og ungdom har effekt. Emosjonelle problemer kan behandles med mindre intensive forløp, mens terapi med traumatiserte og omsorgsviktede barn tar tid og bør være intensive. Det andre bindet inneholder flere kvalitative undersøkelser som kaster nytt og spennende lys over sentrale temaer i feltet.

## Bind 2: Et område i utvikling

I bind to, får leseren innblikk i hvordan psykodynamisk psykoterapi med barn og unge, er et fag som er i utvikling både nasjonalt og internasjonalt. Boken begynner med et kapittel om utviklingen av psykodynamisk barneterapi og hvor den står i dag. Flere kapitler er forskningsbasert der et kapittel omhandler terapeutisk allianse i barneterapi og drøfter forskning som har vært gjort på dette innen de siste 30 år. Et annet kapittel er viet foreldrearbeid. Det er gjort lite forskning på dette området selv om EFPP-studier og det svenske EPOS-prosjektet har gitt nyttige bidrag på området de senere år. Det presenteres en intervjustudie med foreldre som har barn i terapi, illustrert med kliniske ek-

sempler.

Lise Lotte Grünbaum skriver om traumatiserte barn i torturrammede familier. I disse familiene kan det å snakke om noe som kan gi assosiasjoner til traumat, tabuiseres. Hun beskriver hvordan denne «taushetens sammensvergelse» ofte opptrer sammen med ukontrollert og usammenhengende atferd. Dette skaper stor skrekk og forvirring i barnet. Foreldre kan også ofte projisere traumatiserte opplevelser inn i barnet, noe som kan føre til skremmende og tause områder i barnets indre verden. Dette kan vise seg gjennom vaksomhet og vansker med avhengighet og separasjon. I slike familier er det derfor nødvendig med parallell utredning og behandling av foreldre i tillegg til psykososiale tiltak for familien samt et godt tverrfaglig samarbeid.

Boken rommer flere kapitler om terapi ved særlige problemstillinger. Et av disse omhandler psykoterapi med autistiske barn. Kapitlet bygger på en gjennomgang av Tustin – og Alvarez et al. sitt arbeid med autister ved The Tavistock Clinic i London. Dette, sammen med spedbarnsforskning og nyere nevrotenskap, gir en forståelse for at grunnlaget for en mulig autistisk utvikling legges i tidlig spedbarnsalder – at det kan handle om for sterke separasjonsopplevelser helt tidlig i livet. En analyse av 16 terapeuters kasusbeskrivelser av psykoanalytisk leketerapi med omsorgsviktede barn er også beskrevet i ett kapittel. Det henvises til lek og tegning, og hvordan man kan arbeide med dette i overføringen. Det konkluderes med at nettopp disse barna trenger å bli møtt med en psykoanalytisk forståelse, og at de har et stort behov for intensiv psykoterapi. Psykoterapi med flyktninger er viet to kapitler, eksemplifisert ved et traumatisert barn og en traumatisert ungdom, der evnen til symboldannelse er brutt sammen. Gjennom tegninger og drømmer kan denne evnen utvikles i en nær psykoterapirelasjon. Lesningen av dette synliggjør hvor viktig det kan være å igangsette psykoterapi, til tross for at rammene er langt fra optimale.

Det siste kapitlet i det andre bindet, omhandler avslutning i psykoterapi med barn og er en empirisk undersøkelse av et case. Dette belyses med hvordan utvikling av temaene som kom fram i de første timene intensiveres mot slutten av psykoterapien, nemlig avhengighet, separasjon og angst for forandring. Betydningen av parallelt foreldre-

arbeid understrekes. Kapittelet har fokus på både barnets og terapeutens forhold til avslutning.

### Avsluttende refleksjoner

Vi har lest disse to bindene med stor glede og er imponerte over hvordan forfatterne klarer balansegangen mellom det pedagogiske og det litterære gjennom å trekke ut essensen av stoffet, strukturere det og samtidig beholde dybden og nerven i den teoretiske gjennomgangen. Teksten er også krydret med kliniske eksempler som tydeliggjør de komplekse fenomenene som beskrives. Forfatterne beskriver godt hvordan barn undersøkes, og terapimetoden blir inngående beskrevet. Vi opplever en grundighet ved beskrivelse av både undersøkelse og behandling, og undrer oss over at forfatterne, med henvisning til at lekeobservasjon krever spesialisert opplæring, ikke gir noe informasjon om denne sentrale metoden i utredning av barn.

Lesningen av disse to bindene får oss til å se oss rundt, og vi får tanker om at i Norge var den psykoanalytiske forankrede tenkningen og arbeidsmåten høyst levende og hadde en selvfølgelig plass innen det psykoterapeutiske tilbudet til barn og unge fram til begynnelsen av 2000-tallet. I de senere årene har den psykodynamiske tilnærmingen gradvis mistet sin selvsagte plass, og andre forståelsesformer har kommet til. Dette har på mange måter vært berikende for fagfeltet, men med en fare for at den grundige kunnskapen og forståelsen som en psykodynamisk forankret teori tilbyr, etter hvert forflates og går tapt.

Det at det nå er blitt skrevet lærebok i psykodynamisk psykoterapi med barn og unge, kan forstås som at det psykoanalytiske og psykodynamiske feltet igjen inntar arenaen. Det kan være interessant å nevne at samme året som "Psykoterapi med barn og unge" kom ut, ble det også utgitt en bok i Norge skrevet av Anders Landmark og Line Stänicke; "Det uforståelige barnet", der forfatterne redegjorde for nytten av en psykoanalytisk forståelse i møte med barnets følelser og handlinger som tilsynelatende fremstår som irrasjonelle og uforklarlige. Det er også oppmuntrende at Tidsskrift for Norsk Psykologforening har tilegnet juni- og septembernummeret psykoanalytisk teori og behandling, der det siste nummeret omhandler barn og ungdom.

Vi våger å påstå at psykoanalysen med alle dens utviklingsgrener må sies å være den teoretiske forståelsesplattformen som innehar den grundigste teoretiske forståelsen av normal og psykopatologisk utvikling. Det å miste denne forankringen, ville være et enormt tap for feltet. Utgivelsen av denne boka, gir nytt håp for at den psykodynamiske behandlingsmåten og teorien fortsatt skal være et levende og høyst relevant tilbud til alle de barn og unge som trenger nettopp denne tilnærmingen.

### Referanser

- Landmark, A.F. & Stänicke, L.I. (2016) *Det uforståelige barnet – om å skape sammenheng mellom den indre og ytre verden*. Stavanger: Hertrevig Forlag, Akademinsk 2016.
- Tema: Psykoanalysen i dag. Fortid i nåtid. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening Vol 55*. Nr. 6. 2018.
  - Tema: Psykoanalysen i dag. Arbeid med det irrasjonelle. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening, Vol 55*. Nr. 9. 2018.