**Hvad er filial terapi? *Af Jytte Mielcke***

Psykologpraksis Mielcke & Kongsgaard tilbyder filial terapi til børn og forældre. Filial terapi er en metode, hvor forælder-barn relationen er i fokus i behandlingen. I stedet for terapeuten er forælderen agent i det terapeutiske arbejde, og legen omdrejningspunktet for samværet og behandlingen af forælder-barn relationen. Filial terapi er en særdeles velegnet og anerkendt legeterapeutisk behandlingsmetode til børn og forældre, hvor barnets adfærd udfordrer forældrene og deres relation til barnet, og der er behov for en professionel støtte til at genopbygge en sund relation mellem barn og forældre.

Filial terapi er også særdeles velegnet i forhold til børn med relations- og tilknytningsproblemer med henblik på at forbygge yderligere fejludvikling hos barnet og i forældre-barn relationen. Forskningen indenfor tilknytning viser således, at usikkerhed i barn - forældre tilknytningsrelationen synes at være forbundet med en højere risiko for senere adfærdsforstyrrelser. Derfor må det anses for særdeles relevant at undersøge tilknytningsmønstret i såvel biologiske familie som i pleje – og adoptivfamilier med henblik på vurdering af behov for støtte og behandling.

Med udgangspunkt i praksisviden, tilknytningsteori og forskning ved vi, at mange plejebørn og adoptivbørn ofte har haft en belastet start på livet med langvarig adskillelse, skift af tilknytningspersoner og ustabil og følelsesfattig omsorg i institutioner. Hollandske studier peger bl.a. på, at forstyrrelse i forældre/barn relationen i adoptivfamilien ofte er et centralt tema i de rapporterede problemer. Undersøgelsen indikerer således, at den tidlige barn - forældre tilknytningsproces synes at være mere problematisk i adoptiv- og plejefamilier end i andre familier.

Det er påvist, at utryg tilknytning kan forandres til tryg tilknytning, hvis omsorgspersonerne får støtte under vanskelige betingelser. Tilsvarende kan øgningen af stressende hændelser forandre tryg tilknytning til utryg. Tidlig intervention i forhold til at styrke forældrenes sensitivitet og tilgængelighed fører således til udviklingen af tryg og sikker tilknytning.

Med det formål, at udvikle en sund relation og en tryg tilknytning, er det vigtigt at målrette behandlingsarbejdet mod at ændre barnets tidlige voksen-barn erfaringer. Således bliver barnets direkte oplevelse af korrigerende samspilserfaringer med adoptivforældre og terapeuter et særligt omdrejningspunkt i forebyggelse af følelsesmæssige og adfærdsmæssige vanskeligheder samt af risiko for psykopatologisk udvikling hos plejebørn og adopterede børn.

Et andet vigtigt fokuspunkt i behandlingen er at hjælpe de voksne omsorgspersoner med at blive mere modtagelige og sensitive overfor barnets signaler – også når barnets adfærd ikke signalerer behov herfor, eller barnet fremstår undvigende eller ambivalent i sin kontakt og tilknytning.

**Hvordan kan filial terapi hjælpe børn og forældre?**

Med det mål at styrke forældre - barn relationen blev der i begyndelsen af 1960’erne udviklet en ny behandlingsmetode, Filial Familielegeterapi (FFPT), som kombinerer legeterapi med familieterapi. Filialterapi gik oprindeligt ud på at træne biologiske forældre i at udøve non-direktive (ikke-voksenstyrede) legeterapisessioner med det formål at udvikle forældrenes empati og færdigheder i at reflektere følelser, kommunikere accept og sætte passende grænser. I dag anses filialterapi for at være en særdeles velegnet behandlingsmetode til at støtte plejebørn og adopterede børn i at udvikle adfærd og færdigheder, der åbner for en succesfuld interaktion i trygge omgivelser. Terapeuten træner og superviserer pleje- og adoptivforældrene i at varetage særlige børnefokuserede legesessioner med deres barn. Forældrene engageres således i at være den agerende og centrale part og dermed de primære ”forandringsagenter” i den terapeutiske proces.

I Filialterapien, hvor den identificerede ”patient” er relationen, gør barnet erfaringer med anerkendelse af sit eget selv, fri af kritik og fordømmelse, og forældrene får erfaringer med nye følelser af nærhed med barnet. Forældrene styrkes, når de bliver aktive deltagere i handlinger og beslutninger, der påvirker dem og deres barn. Herved udnyttes deres indlærte evne til at øve indflydelse på de kræfter, som påvirker deres livsbetingelser til deres eget bedste.

Forældretræningen foregår gennem pædagogisk instruktion, videobånd og rollelege, hvorved forældrenes sensitivitet overfor barnet styrkes. Forældrene lærer, hvordan de udvikler en ikke fordømmende, forstående og accepterende holdning og opnår igennem forløbet en ny erkendelsesmæssig åbenhed i forhold til deres barn og dets ressourcer. Gennem forældrenes empatiske respons og den kreative proces i legen skabes forandring i relationen imellem forældre og barn. Forældrene støttes i at forstå barnets følelser, reaktioner, aktiviteter, udtryk og meninger. Forældrenes holdningsmæssige udvikling, herunder accept af barnet og dets behov for uafhængighed, styrker barnets selvfølelse og tillid til forældrene. Da forældrene ikke dirigerer barnets aktiviteter, er det fri til at komme i kontakt med og udtrykke sin egen kreativitet og ressourcer. Forældrenes bekræftelse og anerkendelse udvikler samtidig barnets selvfølelse og kompetence.

**Hvorfor kommer børn og forældre i filial terapi?**

Formålet med filialterapien er at bryde barnets dårlige oplevelser af forældrenes følelser, attitude og adfærd samt at hjælpe barnet til at blive mere bevidst om egne følelser og lære det at udtrykke egne behov. Denne udvikling fremmes ved, at forældrene støttes i at tillade barnet at kommunikere gennem tanker, behov og følelser, som tidligere blev tilbageholdt. Herved åbnes til følelser, herunder angstproducerende, internaliserede konflikter, der hidtil har været undertrykte. Forældrene støttes således i at undgå at stoppe barnets reaktioner og i stedet søge at forstå disse og herved bidrage til en forandringsproces.

Studier har vist, at Filialterapi kan være meget hjælpsom i forhold til løsning af problemstillinger forbundet med længerevarende forældre-barn tilknytning. Gennem erhvervelse af færdigheder bliver forældrene mere kompetente til at håndtere vanskelig adfærd, f.eks. vrede på en rolig og hensigtsmæssig måde.

Forældrenes øgede evne til at håndtere vanskeligheder, mens de forbliver rolige, kompetente og nærværende, må anses for et særdeles vigtigt succesaspekt, ikke mindst når det gælder ældre børn, som allerede har udviklet dårlig trivsel.

FFPT legeterapiprocessen anses som en vigtig metode til udvikling af tilknytningen imellem barn og dets forældre og til at styrke forældrene i at respondere i forhold til de adfærdsmæssige problemer, der er hyppigt forekommende især hos pleje-og adoptivbørn, der har oplevet omsorgssvigt. FFPT må anbefales som en yderst vigtig interventionsmetode allerede ved begyndelsen af plejeanbringelsen eller adoptionen.

FFPT har allerede vist sig at være en potentiel frugtbar intervention i forhold til forskellige barn - forældre problemstillinger. FFPT er en relativ kortvarig interventionsmetode, som har dokumenterede langvarige resultater, og er i dag en internationalt anerkendt metode. Empiriske studier af FFPT har endvidere påvist, at metoden er en frugtbar intervention i forhold til børn med alvorlige følelsesmæssige og adfærdsmæssige problemstillinger samt til udvikling af forældrenes accept og empati.