

Tidlig forebyggelse/intervention

i forhold til adskillelses- og separationsproblemer
ved overgang fra børnehave til skole



En vellykket start på skolegang forudsætter først og fremmest, at barnet er parat til at møde skolen med dens tilbud og særlige fokus på indlæring. Dette forudsætter ikke blot en tilstrækkelig kognitiv udvikling (sprog og tænkning) men også, at barnet er følelsesmæssigt og socialt rustet til denne nye udfordring i livet. Præmature børn og deres mødre er ofte blevet adskilt, før de har gennemlevet den naturlige separationsproces, der finder sted i sidste del af svangerskabet. Dette medfører ofte en krise, der ubearbejdet kan komplicere senere naturlige separations- og udviklingsfaser (Se tidligere artikel om adskillelses/separationsangst hos præmature børn og deres forældre, i "Præmaturitet", nr. 5, 2011).

Af: psykolog Jytte Mielcke
& jordemoder Pamm Mielcke
www.jyttemielcke.dk
www.intelligentfoedsel.dk



Forældre og børn, der ikke har fået bearbejdet tidlige fødselskriser og -traumer, eller af andre årsager, ikke har udviklet en tilstrækkelig tryk og sikker tilknytning, vil således have svært ved, på en hensigtsmæssig måde, at frigøre sig følelsesmæssigt fra hinanden. Barnet vil da ikke være parat til at give slip og "gå på opdagelse" og være nysgerrig. I et udviklingspsykologisk perspektiv er det vigtigt, at barnet ikke fortsat har travlt med at "erobre mennesker" (forældre), når de når skolestarten, men i højere grad er optaget af at "erobre viden".

Et præmaturnt barn, der ofte har svage signaler, vanskeliggør udviklingen af forældrenes sensitivitet, hvilket

barnet er så afhængigt af. Vi ved, at det er den følelsesmæssige relation imellem den nyfødte og omsorgsgiveren, der stimulerer følelsen og udviklingen af et selv. Tilknytning foregår ikke kun på et mentalt og psykisk plan, men også på et kropsligt og motorisk plan. Ligesom psyken, bliver kroppen til i en relation. Spædbarnet har behov for at opleve, at dets følelsesmæssige behov for omsorg, tryghed og sikkerhed, samt generelle stimulation imødekommes og er udviklingsmæssigt afstemt. Sker dette ikke i tilstrækkeligt omfang, vil barnet ikke udvikle den nødvendige fornemmelse af sig selv, samt tillid og tryghed ved sin omverden. To betingelser er afgørende for udviklingen af barnets selv. At omsorgspersonen på den ene side er i stand til at se barnet som

Tema: Overgang til skole

adskilt, som et individ med dets egne behov og ønsker og samtidig forstår barnets behov for afhængighed. Med andre ord har barnet behov for at opleve, at det, der kommer fra barnets indre anerkendes og forstås som en del af barnet. Lykkes det de nære omsorgspersoner at imødekomme barnets udviklingsbehov i de tidlige år, udvikles den nødvendige tillid til at udforske og gøre erfaringer med verden i et større perspektiv.

Med henblik på tidlig forebyggelse af tilknytningsforstyrrelser og andre følelsesmæssige problemstillinger, er der udviklet forskellige interventionsmuligheder.

Spædbarnsmassage -og terapi, Marte Meo metoden, filial, samt legeterapi, er nogle af de mest relevante interventionsmetoder i den tidlige indsats.

Spædbarnsmassage

Spædbarnsmassage giver adgang til fysisk kontakt og berøring, som er fundamental for udviklingen af en sund tilknytning mellem barn og forældre. Uden berøring kan barnet ikke udvikle sig og føle sig som et menneske og et kulturelt individ. Spædbarnsmassage er derfor også særlig relevant at inddrage i samværet for at sikre, at dette behov imødekommes. Det er vigtigt, at spædbarnsmassagen tager sit udgangspunkt i kærlige strøg og med respekt for barnets signaler. I massage- eller berøringsstunden skal der skabes en kærlig, sikker, accepterende, rolig og hengiven stemning. Via øjenkontakt, dufte, samt blid stemmeføring skabes det nødvendige rum der skal til, for at forældre og barn kan få mulighed for at lære hinanden at kende gennem et kærligt møde.

Massage af præmature børn skal skræddersyes til hvert enkelt barn og forældre. P.g.a. disse børns ofte utydelige signaler, er det vigtigt at forældrene støttes i at observere deres barns respons på berøringen, før de går videre med hvert enkelt massagestrøg. Netop gennem massagen kan barnets respons støtte forældrene i at opleve, at de kan gøre noget betydningsfuldt for og med barnet. Barnet vil opleve, at det bliver mødt og forstået og derigennem vil tilknytningen styrkes. Det er vigtigt at understrege, at det er samspillet, der i centrum. Der er ikke tale om hverken behandling eller træning.

Et barn, der tidligt er mødt i dets behov og har opnået en sikker tilknytning til sine forældre, udvikler større selvværd og tro på sig selv. En vellykket tilknytning er en vigtig forudsætning for, at barnet kan indlede en gradvis separationsproces fra sine forældre, når det bliver ældre og udvikle den nødvendige selvstændighed og evne til selv at tage sit eget initiativ. Det er samtidig en vigtig betingelse for, at også forældrene kan blive i stand til at give slip og vise tillid til, at barnet kan selv.

Flere studier viser, at præmature børn, der oplever

kropskontakt, stiger hurtigt i vægt. Indlæggelsen bliver kortere p.g.a den gode trivsel. Duften fra dets forældre, samt den hudkontakt de opnår, frigiver oxytocin, som er det nødvendige kærlighedshormon, vi har brug for i vore relationer

Andre studier har påvist, at fædre, der har givet deres barn massage 15 min. om dagen, efterfølgende har vist sig mere udtryksfulde med varme og mere nydelse i leg med barnet.

Af massagemetoder kan nævnes IAIM spædbarnsmassage (The International Association of Infant Massage), der bygger på udvikling af den tidlige tilknytning ved at skabe kontakt og nærvær gennem kærlige strøg. Med viden om, at selv tidligt fødte opfatter, at der ligger mere bag berøringen og bevægelserne i relationen til det andet menneskes krop, støttes forældrene i at skabe en særlig nænsom opmærksomhed.

Massagen er konstrueret således, at forældrene også her, ligesom i Filial terapien, (beskrives senere i artiklen), er den agerende part i forhold til barnet. I IAIM respekterer man forældrene som eksperterne og instruktørens rolle er, at støtte og guide forældrene i at massere. Ved at hjælpe dem til at se og lære barnets signaler bedre at kende, styrkes forældrenes oplevelse af den tætte relation til barnet.

I forhold til det ekstremt for tidligt fødte barn på 1000-2000g har kængurometoden (omtales senere) og berøringsafspænding vist sig at have en beskyttende og beroligende effekt på barnet (forælderen lægger sin hånd roligt fx på barnets hoved). IAMI har konstrueret en særlig instruktion til netop disse forældre og deres børn.

Massage og berøring har ingen alder og kan give glæde livet ud. Det er derfor aldrig for sent at påbegynde massagen så længe den tilpasses modtagerens ønsker og respekterer og justerer sig i forhold til den respons, der måtte komme undervejs.

Non-verbal kommunikation som fx massage, berørings- og legeterapi, improviseret musik, sang og bevægelse kan afhjælpe forskellige former for tilknytnings- og kontaktforstyrrelser, ADHD, stressede præmature børn under intensiv behandling, samt mødre med fødselsdepressioner.

Kængurometoden

Kængurometoden er en anden måde at styrke kropskontakten mellem barn og forældre, hvor forældrene bærer deres barn tæt på kroppen i en bæresele eller -slynge. Her kan barnet blive beroliget af den vuggende bevægelse, samt genskabe den tætte kontakt tæt ved mor eller fars hjerte, der minder om tiden i livmoderen. Kropskontakten vil her igen stimulere til frigivelsen af

Tema: Overgang til skole

hormonet oxytocin, som styrker tilknytningen. Gennem den tætte kontakt vil forældrene kunne opleve at have lettere ved at tyde deres barns signaler og mere præcist kunne imødekomme barnets reelle behov.

Massage- og kængurometoden baserer sig på fordelene ved tæt kropskontakt i et nært samspil med sanser og følelser.

Marte Meo terapi

Marte Meo terapi er en videobaseret interventionsmetode, som fokuserer på interaktionen i forælder-barn samspillet. Hvem gør hvad, hvordan og hvornår, men ikke hvorfor. Ved at tage udgangspunkt i videoklip studeres både barnets kunnen og de ting, barnet har brug for at lære. Forældrenes kompetencer styrkes netop gennem, at de oplever at kunne støtte deres barn i den ønskede udvikling. Dette gøres ved, at forældrene øver sig i fx at vente, at følge barnet, at benævne det, barnet søger at kommunikere og gøre, og at se og forstå deres barns handlinger og behov. Herved bliver de i stand at kunne imødekomme barnet og dets følelsesmæssige udtryk på en udviklingsmæssig mere hensigtsmæssig måde.

Arbejdet foregår altid i et samarbejde mellem forældre og terapeut. Der tages udgangspunkt i en problemstilling, som er formuleret af forældrene, og som de er motiveret for at få hjælp til.

Filialterapi

Filialterapi er en anden anerkendt interventionsmulighed, der er målrettet småbørn og førskolebørn. Denne behandlingsform retter sig ligeledes mod forælder/barn relationen. Forældrene er også her den agerende part i forhold til deres barn. Forældrene trænes og superviseres af terapeuten i at udføre legeterapi sessioner med deres barn. Filialterapi tager udgangspunkt i en non-direktiv (ikke styrende) legeterapeutisk metode, hvor barnet "viser vejen", og hvor forældrene lærer at se og forstå barnets særlige udviklingsbehov. Fokus er her i højere grad på at være til stede sammen med barnet og udvikle indlevelsessevne og kompetence i at rumme og regulere barnet følelses- og adfærdsmæssigt. Et særligt omdrejningspunkt er opmærksomhed på "forståelse" frem for "forandring", idet denne naturligt vil komme, når barnet føler sig mødt såvel følelsesmæssigt som adfærdsmæssigt.

Den non-direktive metode har som sit udgangspunkt, at børn har en medfødt trang til at søge selvrealisering, modenhed og uafhængighed. I det filialterapeutiske samarbejde med forældrene søges barnet forstået i dets forsøg på at udvikle en følelse af, hvem det selv er, dets særegne karakter, evner og erfaringer med virkeligheden. Barnets selvudvikling -og realisering er i høj grad påvirket af dets forhold til de nære omsorgspersoner. Forældrenes parathed til at anerkende, se

og spejle barnet som en person med særegne og anderledes egenskaber, muligheder og behov kan være påvirket af den for tidlige fødsel og adskillelse.

Legeterapi er, ligesom de tidligere nævnte interventionsmuligheder, en hyppig anvendt og anerkendt behandlingsmetode. Legeterapi er velegnet til småbørn og skolebørn, hvor adskillelses- og separationsproblemerne er blevet mere fastlåste.

Her får barnet mulighed for, i relationen til terapeuten, at blive mødt og få bearbejdet tidlige traumer, aktuell separationsangst eller andre emotionelle problemstillinger. Suppleret med rådgivning/terapi til forældrene, er det muligt at finde frem til og få løst op for de særlige problemstillinger, der har vanskeliggjort eller forhindret den naturlige udviklings- og løsrivelsesproces.

Legeterapi og den non-direktive model især, har vist sig særlig effektiv som en udviklingsmæssig adækvat terapeutisk behandling af børn med følelsesmæssige og adfærdsmæssige problemstillinger. I den terapeutiske relation mellem barn og terapeut, bliver barnet i stand til at bearbejde svære følelser og erfaringer med udgangspunkt i symbolleg. I legen vil barnet ofte gentage de temaer, der har vist sig svære for dem at løse i virkeligheden. Legen har for barnet en problemløsende funktion, der, kombineret med terapeutens rummende og spejlende funktion, efterhånden gør det muligt for barnet selv at lære at rumme og bære angsten for adskillelse og for at stå selv. Med støtte hertil, vil barnet opnå den nødvendige selvstændighed og tro på sig selv, så overgangen fra børnehave til skole og til verden i et større perspektiv kan blive en positiv oplevelse.

Præmature spædbørn - særlig mødregruppe for dig og dit barn

Børn der er født for tidligt er mere udsatte og kan have nogle følgevirkninger af den tidlige start på livet. Følgevirkningerne kan for eksempel være: særlig sensitivitet over uro og forandringer i dagligdagen. Selv berøringer kan for barnet opleves overstimulerende. På baggrund af den ofte komplicerede start og adskillelsen fra mor, har barnet ofte særlig brug for gunstige muligheder til at være nær med mor. Vores fokus er på, hvordan det følelsesmæssige samspil med dit barn styrkes. Derudover vil du få mulighed for at lære mere om hvad det er for specielle behov dit barn har og få hjælp og inspiration til hvordan du kan imødekomme disse.

Kurset ledes af jordemoder og Marte Meo terapeut Pamm Mielcke samt sundhedsplejerske og psykoterapeut Birgitte Amstrup. Begge har erfaring med for tidlig fødte. Kurset strækker sig over 7 gange forløbende med 14 dages interval hver anden torsdag fra kl. 10 - 12.30.

Kursusstart d. 25. august 2011. Tilmelding: FO-Århus, Frederiksgade 78C, 8000 Århus C, Telefon 87464500