

FORORD

MIT LIV MED LEG

Af Phyllis Booth

One for the money• Two for the show•Three to get ready, and ...

Jeg er tre år gammel og balancerer på min fars knæ; han ligger på ryggen på gulvet, holder mine hænder og smiler til mig, mens han synger de velkendte ord. Jeg er himmelhenrykt. Han ser mig, fornemmer min voksende begejstring og ved lige, hvornår det er det rigtige tidspunkt til den store overraskelse: „Four to go!“ Han strækker knæene ud, og jeg dratter ned i hans åbne favn. „Igen, igen!“ siger jeg, og han hjælper mig op at sidde på sine knæ igen. Igen og igen gentager vi legen med dens spændte forventning, den pludselige overraskelse og til sidst omfavnelsen.

En anden erindring: Jeg er seks år gammel, og jeg er i rigtig dårlig humør. Min mor kan mærke, der er noget galt, og lægger en hånd på min pande. „Åh, du har jo feber!“ Hun lægger mig i seng, og jeg putter mig i det kølige rene sengetøj og slapper af. Jeg er ikke længere alene i mit ubehag. Min mor passer på mig. Alt er godt.

Disse to levende erindringer afspejler essensen i min generelt lykkelige barndom. Jeg havde ikke en „perfekt“ barndom, men jeg havde forældre, der optrådte som de „almindelige, hengivne“ forældre, som Donald Winnicott beskriver som helt afgørende for en sund psykisk udvikling (Winnicott, 1997, s. 4). Det var en kæmpe gave at have en far, der kunne lide at lege, og som holdt mig i sit trygge greb, mens vi nød vores fælles begejstring, og en hengiven mor, der altid var der til at yde omsorg og trøst. Sammen skabte de et klima præget af tryghed, leg og støtte, som jeg har taget med mig, og som har støttet mig i årenes løb.

I dette miljø af engagerende og dynamiske sociale samspil og tryk og støt- tende omsorg lærte jeg flere ting om mig selv og om den verden, jeg levede i: Jeg er elsket og elskelig, jeg kan mestre krævende udfordringer, jeg kan dele gode følelser med andre, jeg er i gode hænder, og jeg kan regne med, at andre vil hjælpe mig med både at nyde og rumme min begejstring. Fra min plads højt oppe på min fars knæ og selv fra min sygeseng virkede verden som et trygt og godt sted. I de mange år, jeg har tilbragt med at lege med børn, har jeg altid haft disse tidlige

erfaringer med mig i mit sind (og i min krop) som en model for, hvordan man kan hjælpe børn og deres forældre med at være sammen på en god og positiv måde. Denne arv er grundlaget for min løbende forståelse af rollen af leg og empatisk respons i børns neuroaffektive udvikling; den er grundlaget for mit arbejde med Theraplay (Jernberg, 1979; Jernberg & Booth, 1999; Booth & Jernberg, 2010).

I dette forord vil jeg kort opridse min personlige baggrund for udviklingen af Theraplay og give min opbakning til det vigtige arbejde, der beskrives i denne bog. Der løber en klar rød tråd fra mine barndomserfaringer til min livslange interesse for, hvordan man kan skabe trygge og sunde tilknytningsrelationer. Med de gode erfaringer fra min egen tidlige barndom var det en naturlig ting og en fornøjelse for mig at arbejde med børn: Jeg uddannede mig til småbørnspædagog. I 1949-50, mens jeg læste pædagogik på University of Chicago, var jeg så heldig at have Ann Jernberg (det kreative geni bag Theraplay-tilgangen) som en af mine undervisere.

I 1965, da *Head Start* – et offentligt finansieret amerikansk tilbud til udsatte tre- og fireårige børn – blev oprettet, fik Jernberg kontrakt på opgaven med at yde psykologisk rådgivning til alle Head Start-tilbuddene i Chicago. Hun ansatte mig i sit team af psykologiske konsulenter. Vi fandt frem til mange børn, der havde brug for hjælp, men det stod hurtigt klart, at der ikke var nogen hjælp at hente på de eksisterende psykologiske klinikker: Ventelisterne var lange, behandlingen var dyr, og familierne havde svært ved at få deres børn bragt hen til de få behandlingssteder, der optog nye klienter.

Jernberg fandt en enkel løsning på problemet: Vi skulle ansætte og ud- danne dynamiske unge mennesker til at tage ud i skolerne og lege med de børn, der havde brug for hjælp. Vi instruerede dem i at indgå i samspil med de børn, de fik tildelt som klienter, på samme måde som forældre er sammen med deres småbørn: sensitivt, spontant, ansigt til ansigt og uden behov for legetøj ved simpelthen at invitere barnet til at indgå i glædesfyldte legende samspil. I ugentlige superviserede sessioner støttede vi disse unge medarbejdere i at reflektere over deres egne og barnets oplevelser for at opnå en endnu bedre afstemning med det enkelte barns behov. Sammen udformede vi nye aktiviteter, som vi kunne bruge til at engagere og begejstre børnene, samtidig med at vi beroligede dem og gjorde dem trygge.

Vi oplevede, at vores leg gjorde en kæmpe forskel. På kort tid blev ulykkelige, indadvendte børn mere livlige, udadvendte og engagerede; vrede, aggressive,

udagerende børn faldt til ro og begyndte at have mere afstemte samspil med andre. Det var tydeligt, at disse børn fik det meget bedre med sig selv og blev i stand til at være sammen med deres kammerater og lærere på en afslappet og venlig måde. De blev livlige, aktive børn, og da vi besøgte nogle af dem tre år senere, trivedes de fortsat (Jernberg m.fl., 1969, 1975). Da vi redigerede vores første film, *Here I Am*, foreslog instruktøren navnet *Theraplay* for at adskille vores engagerende og fysiske tilgang til leg fra den mere traditionelle legeterapi, der blev praktiseret dengang.

I 1969-70, netop som vores metode var ved at tage form, tog jeg et års uddannelse på Tavistock Clinic i London. En gang om ugen hørte jeg John Bowlby fremlægge sin nye teori om tilknytningens rolle i en sund udvikling, så James og Joyce Robertsons film, der dokumenterede de ødelæggende effekter af småbørns længerevarende adskillelse fra deres forældre, og overværede case-konferencer under ledelse af Donald Winnicott. I tilbageblik kan jeg se, at jeg var til stede ved begyndelsen af en bølge af interesse for betydningen af de tidlige tilknytningsrelationer – det, der udfolder sig mellem forældre og deres børn – i forhold til at skabe eller forstyrre barnets langsigtede sociale og emotionelle udvikling.

Fordi Bowlby og Winnicott har haft så stor indflydelse på min forståelse af mit eget arbejde med børn, vil jeg give et kort indblik i mit personlige indtryk af de to mænd. Med min amerikanske baggrund oplevede jeg Bowlby som en retlinet, korrekt og lidt formel person. Jeg havde ikke nogen varm relation til ham, men havde stor respekt for hans intellekt og for hans kreative kombination af indsigter fra sin egen objektrelationelle tilgang til psykoanalytisk teori med Konrad Lorenz' nye adfærdsstudier af opbyggelsen af tilknytningsbånd hos dyreunger. Senere hørte jeg fra hans meget varme og charmerende søn, at hans far ikke havde haft nogen tæt relation til sin egen mor, men i stedet havde knyttet sig til en barnepige, som meget tidligt forsvandt ud af hans liv. Måske gav tabet af denne højtelskede barnepige ham et behov for at udforske betydningen af tilknytningsrelationer og det, han beskrev som „tabets sygdomspotentiale“ (1969, s. xvii).

Jeg oplevede Winnicott som et varmt og kærligt menneske med et vidunderligt glimt i øjet. Som børnelæge havde han opnået indgående viden om karakteren og betydningen af mor-barn-relationen. Hans berømte udsagn „Spædbørn findes ikke.

[Der findes kun] et omsorgspar. [...] uden en god nok støttende omsorg har det nye menneske ikke en jordisk chance“ (Winnicott, 1958, s. 99), afspejler, hvor stor vægt han lagde på den „almindelige, hengivne mors“ livsvigtige rolle. Hans tro på relationens helbredende kraft strakte sig også til relationen mellem terapeut og patient. I en forelæsning for en gruppe unge psykoanalytikere under uddannelse, som jeg overværede, opfordrede han dem indtrængende til at basere deres arbejde på deres relation med klienten og at undgå forhastede, kløgtige fortolkninger.

Da jeg vendte tilbage til Chicago og Head Start-tilbuddet, trak jeg på Bowlbys og Winnicotts ideer, når jeg skulle forklare vores succes med børnene. Jeg kan huske, at jeg sagde til Ann Jernberg: „Vi giver børnene den støttende omsorg, som Winnicott beskriver som en helt afgørende egenskab af en velfungerende relation mellem en mor og hendes lille barn.“ En hengiven mor skaber en tryk atmosfære, fokuserer udelukkende på barnet, giver empatisk respons på barnets behov og indgår, når barnet er parat til det, i legende samspil. Det er præcist, hvad vi forsøgte at tilbyde børnene i Head Start-forløbet.

Vi baserede vores arbejde på velfungerende forældre-barn-relationer og optrådte dermed, med Bowlbys ord, på en „moderlig måde“; dette beskriver Bowlby som at „indgå i dynamiske sociale samspil med [barnet] og at give klar respons på hans signaler og udspil“ (1969, s. 306). I et senere udsagn om den kliniske anvendelse af tilknytningsteorien siger han, at „[...] det samspils- mønster, som moderen til et sikkert spædbarn gør brug af, udgør en fremragende model for det terapeutiske interventionsmønster [...]“ (2008, s. 140).

Efterhånden som Head Start-børnene fik det bedre, stod det klart, at vi med Bowlbys begreber havde hjulpet dem med at opnå en mere positiv, indre arbejdsmodel. De var ikke længere fastlåst af en negativ selvopfattelse og af en frygt for, at de ikke kunne forvente en omsorgsfuld respons fra voksne. Vores muntre, engagerende og omsorgsfulde unge medarbejderes ansigter og handlinger havde afspejlet en meget mere positiv opfattelse af det enkelte barn og af, hvad barnet kunne forvente af andre. Den dyadiske oplevelse af at føle sig tryk, at møde sensitiv respons, at føle sig valideret og at mærke, at en anden nyder at være sammen med en, havde skabt en ny og mere fortrøstningsfuld, indre arbejdsmodel for det enkelte barn.

Leg indtager en central placering i Winnicotts teori: den lydhøre, afstemte leg mellem en mor og hendes lille barn og den kreative leg med tanker og opfattelser

mellem klient og terapeut. Han siger: „[...] *psykoterapi udføres i overlapningen mellem de to legeområder, patientens og terapeutens*. Hvis terapeuten ikke kan lege, egner han sig ikke til dette arbejde. Hvis patienten ikke kan lege, skal der gøres noget for at sætte patienten i stand til at lege [...] Grunden til, at legen er så vigtig, er, at det er i legen, at patienten er kreativ“ (Winnicott, 2003, s. 94; kursivering i originalen). I hans generation var det praksis, at psykoanalytikeren lyttede tavst, ofte ude af syne for klienten, for at give klienten frihed til at tale frit om, hvad han eller hun måtte have på hjerte. Efterhånden som problemstillingerne tegnede sig, præsenterede analytikeren sine vise fortolkninger. Det fremgår af Winnicotts tekster, at han ikke selv holdt sig strengt til denne fremgangsmåde; fordi han satte så stor pris på den dynamiske leg mellem terapeut og klient, engagerede han ofte klienten mere aktivt. Han fandt fx på en leg, han kaldte krusedullelegen: Med en blyant tegnede han en hastig figur på papiret og inviterede så klienten til at tilføje sin egen krusedulle. Disse spontane gestus skabte tilsammen vigtig fælles mening. I et af sine casestudier af terapi med et barn beskriver han et herligt øjeblik, hvor han tager initiativ til et legende samspil: Forud for en session med et meget genert barn putter han en bamse i lommen og lader Bamse lægge op til leg.

I de mange år, der er gået siden min første introduktion til Bowlby og Winnicott, har den omfattende forskning i de tidlige dyadiske erfaringer og deres indvirkning på hjernens tidlige udvikling udvidet min forståelse af de afgørende elementer, der fremmer neuroaffektiv udvikling. Det står nu klart, at det legende, reflekterende, lydhøre, samskabende samspil mellem forældre og deres småbørn er helt centralt for udviklingen af den senere kapacitet til selvregulering.

Den tidlige forældre-barn-relation skaber et afgørende grundlag for en sund social og emotionel udvikling, men det er vigtigt at blive ved med at støtte denne udvikling, også når barnet bliver større. Når børn kommer i skole, møder de udfordringen i at tilegne sig nye kognitive færdigheder, men en lige så vigtig udfordring ligger i at tilegne sig nye former for samspil med en bredere gruppe af andre børn og voksne.

Kapitlerne i denne bog inviterer os til at se på de mange kreative metoder, forfatterne har fundet til at udstrække de kvaliteter og fordele, der kendetegner tidlige legende og afstemte dyadiske relationer, til arbejdet med større børn i grupper. Gruppeoplevelser bidrager til og understøtter børns voksende kapacitet til

at indgå i konstruktive og livsbekræftende samspil med andre.