



## Nyheder

FOA-ledertræf - 10. december i København. Temaer: Forvaltningslov, Velfærdsledelse, Lederuddannelse

Almenområdet arrangerer fyraftensmøde 24. november: Mobning ikke hos os!

[Læs flere nyheder...](#)

## Presse & orientering

Happening: Fremtidens børne- og handicappasning - Frederiksberg og København

FOA m.fl. 3. december: Vinterkonference - børns ret til leg

[Læs flere...](#)

## LFS Nyt - vores medlemsblad

### De seneste artikler

Hele bladet som pdf fil

Nyt fra seniorklubben

Løb for sjov

På røven...

Se den seneste leder...



## Debatten

Det er vedtaget af vores årsmøde i foråret

SF København har vedtaget en valgudtalelse, hvoraf det fremgår. ::

Myten om helhed i heldagsskolen

⊕ Vis menuen for siden herunder

Kilde: [LFS Nyt](#) Kategori: [Reportage/artikel \(LFS Nyt\)](#)

Opdat.: 23-8-2009

Dækker: [Almen Selvejende](#)



## Vi ved alt for lidt om børns følelser

VI HAR TEORIER FOR BØRNS UDVIKLING, NÅR DET GÆLDER MOTORIK OG INTELLEKTUELLE FÆRDIGHEDER, MEN IKKE FOR DERES FØLELSERMÆSSIGE UDVIKLING OG KOMPETENCER.

DET ER NØDVENDIGT FOR AT KUNNE SKRÆDDERSY BEHANDLINGEN TIL DE UTILPASSEDE BØRN OG UNGE, MENER PSYKOLOG OG FORFATTER SUSAN HART.

Tekst: Tine Bjerre Larsen

Det er ikke kun gener, der bestemmer vores personlighed, men i mindst lige så høj grad livserfaringer, især fra de tidligste år af vores liv, viser den nyeste hjerneforskning. Allerede fra fødslen indgår barnet i et tæt samspil med den voksne, og på den måde begynder det at udvikle nervesystemet og danne mønstre og strategier, som det senere vil bruge i forhold til andre mennesker.

Forudsætningen for en sund udvikling af de centre i hjernen, som former nervesystemet og personligheden er, at barnet har haft omsorgspersoner, som har kunnet skabe den tætte samhørighed og det fine samspil, forklarer Susan Hart. Hun er psykolog og bruger hjerneforskningen og det normale barns udvikling til at forstå, hvordan man kan bruge den viden i terapeutisk behandling af børn og voksne med psykiske forstyrrelser.

"Hjernen opbygges som en skulptur, neuron efter neuron i et tæt samspil mellem arvemassen og den miljømæssige stimulation. Hjernen er umoden, når vi bliver født, men udvikles når den voksne sørger for omsorg og er i kontakt med det lille barn gennem mimik og øjenkontakt og tale. Den voksne overdriver uden at tænke over det sine Vi ved alt for lidt om børns følelser ansigtsudtryk og gestik og lægger stemmen op i et højt stemmeleje, som barnet reagerer på", forklarer Susan Hart.

Hendes ambition er at få udviklingspsykologien og den seneste hjerneforskning, neurologien, til at gå i dialog, og at få formuleret en teori om, hvordan samspillet deres følelsesmæssige kompetencer, og det har konsekvenser for mange børn og unge. Børn lærer gennem den regulering de får af forældrene, så den ydre regulering med tiden bliver til indre regulering. Det kræver imidlertid, at den voksne har et veludviklet nervesystem, så det ikke selv går i affekt og bliver vred eller ked af det, uanset hvor meget ud af balance barnet kommer. Det skal ikke reagere med straf og heller ikke bare give barnet ret, men finde måder at hjælpe

## Seneste opdaterede

LFS-pressemeldelse: Fremtidens børne- og handicapp.. (31-10-2009 14:40)

3.11.: Happening: Fremtidens børne- og handicappasni.. (31-10-2009 14:40)

5.11.: Happening: Fremtidens børne- og handicappasni.. (31-10-2009 14:40)

20.11.: Ledermøde om overenskomsten og forhåndsafstal.. (29-10-2009 14:36)

## Dine seneste sider

Søg (30-10-2009 4:26)

Vi ved alt for lidt om børns følelser (30-10-2009 4:28)

barnet med at regulere sine følelser på og lære det, at verden kan være frustrerende", siger Susan Hart.

### **Alt for mange diagnoser**

Forældre, hvis børn bliver tvangsanbragt, er ikke i stand til at være det spejl og den mur, som børnene kan læne sig op af. De mangler det, Susan Hart kalder "mentaliseringssevne". Det er evnen til at kigge ind i sig selv og forstå, hvorfor man selv og barnet reagerer som det gør.

"Man kan ikke give noget, som man ikke selv har fået, og mange af forældrene har selv været omsorgssvigtede som børn. Forældrene er typisk ubekymrede om børnenes problemer og kan ikke skelne mellem egne og børnenes behov. Jeg kan godt lide at gå på værtshus, og det tager mit barn ikke skade af, tænker man. De voksne er typisk urealistiske og har hele tiden en forklaring på, at tingene er ok. De kan ikke lave en asymmetrisk relation, men får til tider skabt en nærmest omvendt hierarki, hvor det er børnene som tager sig af en fx psykisk syg mor."

Susan Hart holder kurser og foredrag for pædagoger, socialrådgivere, sundhedsplejerske og plejefamilier i "neuroaffektiv udviklingspsykologi". Som pædagog i dag- og døgninstitutioner, hvor man arbejder med de utilpassede og omsorgssvigtede børn og unge, har man en mulighed for at støtte og være med til at give de børn noget af det, som de mangler, mener hun. Det kræver imidlertid, at man er i stand til og er bekymret over, at man inden for børnepsykiatrien ordinerer medicin i stedet for at være nysgerrig efter at finde ud af, hvilke forstyrrelser af udviklingen, der er tale om.

"I skolesystemet betragter man ofte ADHD som en apparatfejl og mener, at barnet er umuligt og må hen på en anden skole. I stedet for at se på hvad det har brug for. Nemlig en klar struktur og en rammesætning, fordi barnets verden tit er utryk og uforudsigelig. Dernæst har barnet brug for voksne, der kan rumme dets følelser uden selv at gå i affekt. Det er det, jeg kalder "følelsesmæssig neutralitet". En anden ting som mangler er koordination i behandlingen. Vores systemer er meget dårlige til at arbejde sammen i en fælles indsats for det enkelte barn. Hvis barnet har brug for støtte i skolen, så er det også vigtigt at forældrene lærer at støtte barnet derhjemme."

### **De basale niveauer i hjernen**

Både som barn og voksen er det nødvendigt med andre omkring en, der kan rumme de til tider voldsomme følelser, understreger Susan Hart.

"Jeg siger ikke, at vi ikke har en medfødt sårbarhed, men det kan man kompensere for ved at udvikle mestringsstrategier, og så vil mange være i stand til at leve et liv, hvor deres sårbarhed i sidste ende kan gå hen og blive en fordel. Men hvis sårbarheden ikke har gunstige betingelser, så kan den eksplodere til en ekstrem utilpasset adfærd.

Hele personlighedsudviklingen handler om at få sårbarheden til at gå i samspil med miljøet. Vi kan ikke ændre gener, men vi kan ændre det, som er imellem os mennesker."

Det kræver imidlertid en større bevidsthed og viden om, hvordan vi forstår følelsesmæssig udvikling i hjernen.

"Der er alt for stor uvidenhed om, hvordan følelser udvikler sig. Inden for

behandlerverdenen og i det hele taget.

Vi har test for den motoriske udvikling og kan sige, hvornår et barn skal kunne holde en blyant i pincetgreb. Vi har test, som kontrollerer vores kognitive udvikling og et skolesystem, der er bygget op omkring den i niveauinddelinger, men vi har ingen test, der kan måle den emotionelle udvikling."

Det er det pionerarbejde, Susan Hart er i gang med. Hun har skrevet flere bøger, hvor hun forsøger at kombinere teorier fra udviklingspsykologien og den nyeste hjerneforskning. Og hendes håb er, at man ved at integrere biologisk og psykologisk viden kan komme tættere på en teori og en model, der kan gøre behandlingsmetoderne bedre og forhindre, at psykiske lidelser overføres fra generation til generation.

"Det er fortvivlende at være vidne til at forældre, der selv er vokset op i et voldeligt miljø, giver den arv videre til deres børn. Det er svært at bryde mønsteret, og det kræver en langt bedre og mere målrettet indsats i behandlerverden.

Alle psykiske lidelser består af manglende evne til at regulere sig selv, og alle former for psykoterapi går ud på at støtte klienten i affektregulering.

Meget tyder på, at det er relationen mellem klient og terapeut, der kan støtte klientens nervesystem i at udvikle højere mentale niveauer", siger Susan Hart.

Hun er meget optaget af de mest basale niveauer i hjernen, som handler om at vi kan mærke os selv indefra.

"Vi bruger kropssansninger til at udvikle følelser med, og undersøgelser af tidligt følelsesmæssigt skadede børn viser, at de ikke kan mærke basale ting som kulde, varme, sult og tørst og smerte.

De kan ikke mærke egne følelser, og derfor ikke mærke andres. Det var en amerikansk neurofysiolog som opdagede, at voksne med senhjerneskader som fx en hjerneblødning ikke kunne mærke kropssansninger og ikke mærke egne følelser. Og i 1990'erne fandt nogle italienske forskere ud af, at vi har nogle nerveceller, som imiterer andres adfærd.

Det lille barn imiterer den voksnes ansigtsudtryk. De fandt ud af, at vi har nogle nerveceller, som er spejlneuroner, og som er forudsætningen for at vi kan synkronisere os med hinanden."

Hvordan forældre gennem berøring, stemme og øjenkontakt får skabt den synkronisering har vældig stor betydning for udviklingen af børns følelsesliv. Som pædagog har man grund til at tro, at forældrene til børn med utilpasset adfærd, har været ude af stand til at lave den afstemning.

"Når man er pædagog, er det vigtigt at finde barnets nærmeste udviklingszone.

Vi har en tendens til at møde barnet på et alt for højt niveau. Vi siger: kan du prøve selv at sætte ord på, hvad der gik galt? Eller lad os aftale, at du fremover... Men vi taler ind i tomhed, hvis barnet ikke har udviklet det niveau. En utilpasset 16-årig kan godt være gode motorisk og normalt begavet, men være følelsesmæssigt udviklet som en to-årig. Han bliver ved med at lave utilpassede handlinger, og de voksne tager en snak med ham, men to timer efter går han ud og gør det samme. De tænker, at han gør det af trods, men det handler om, at han ikke kan regulere sig selv gennem sproget.

Og hvis behandlere og pædagoger ikke er interesseret i, hvad der sker indeni det utilpassede barn og indeni sig selv, når man står i situationer med barnet, så sker der ingen forandrings."

## For lidt og for meget regulering

Som pædagog er det vigtigt at kende til den emotionelle udvikling, som starter med de helt basale kompetencer som at kunne mærke sig selv indefra. Dernæst udvikler man de grundlæggende affektreguleringskompetencer.

"Det er dem, som får os til at løbe en tur eller tage en pause, hvis vi føler os stressede eller uoplagte eller til at planlægge ved hjælp af lister. Men de mest skadede børn har ingen reguleringskompetencer, og de regredierer tilbage til de tidligste udviklingsområder.

Det samme gør vi, når vi bliver stressede og bliver dårlige til at organisere vores arbejde og forstå andre. I værste fald laver vi nogle meget dybe regressioner, hvor vi enten flygter eller raserer et helt rum."

Når børn er utilpassede, er det ikke altid fordi, at de er udsat for omsorgssvigt af forældre, som ikke har overskud til dem. Det kan handle om, at de i alt for høj grad tilpasser sig barnet og lader det tage styringen i hjemmet.

"Jeg talte med en mor på børnepsykiatrisk afdeling i Gentofte, hvis 5-årige søn var meget "mig først" og kanøflede alle andre. Han var helt kvalificeret til en ADHD-diagnose, men da jeg talte med moren om hans historie, så sagde hun: "Min søn har altid haft så meget appetit på livet". Han blev derfor ammet 25 gange i døgnet, og senere fyldte hans behov hele hjemmet. Han lærte, at det var ham, der styrede verden, men han blev ikke reguleret af sine forældre og lærte derfor ikke at regulere sig selv."

Susan Hart har svært ved at forstå forældres lettelse over at få sat en diagnose på deres barn.

"Jeg får lyst til at citere en psykolog, som siger: "er det bedre at få at vide at mit barn har en medfødt lidelse, som det skal tage medicin for". Mange synes måske, at det fratager dem skylden, men jeg ville da foretrække at få at vide, at jeg måske kunne være med til afhjælpe hans symptomer ved at kigge på vores relation. Som forældre gør vi det bedste, vi kan, og ingen er fejlfri. Børn er født ind i verden med et bestemt temperament, men det skal indgå i et samspil med miljøet for, at de medfødte forudsætninger kan blive til selvregulerende færdigheder."

Susan Hart kalder ADHD en af de mest indholdsløse diagnoser, fordi den uddeles i flæng, og fordi den ikke siger noget om, hvad det er for et psykisk problem, den dækker over. Den er en fælles betegnelse for børn, som har svært ved at fastholde opmærksomhed og er motorisk urolige, men det kan man være af mange grunde.

"Det er vigtigt at se på personlighedsudviklingen og vigtigt at have en viden om hjerneområdet for at forstå det enkelte barns adfærd. Jo bedre funderet man er, jo bedre vil man være til at skræddersy tilbud til det enkelte barn.

Det er nødvendigt at vide, at man som barn først lærer at sanse sig selv indvendigt fra, og at den udvikling foregår i et område i hjernen i 2-3 måneders alderen. Hvis man har et barn, der kan kropssansninger, hvad er så det næste niveau? Det er "jeg ved, at du ved, at jeg ved". Det vil sige, at man udvikler den grundlæggende tillid til, at andre forstår en, og at man samstemmer sig med hinanden i fx en samtale. "Den limbiske afstemning" kalder jeg det. Dernæst udvikler barnet mentaliseringskompetencer, så det er i stand til at reflektere over sig selv og andre. I meget utilbasset adfærd

så det er i stand til at reflektere over sig selv og andre. I meget utilpasset adfærd vil det niveau mangle. Barnet kan mærke følelser, men ikke bearbejde dem mentalt og reagere. Der opstår et overload, og enten bliver de udadreagerende og rasende eller vender det indad og får en selvdestruktiv adfærd. Endelig er der børn, der ikke kan have med vreden eller ked-af-det-hed at gøre, fordi de tidligt har fået sat en hæmning ind, men det er på et langt højere niveau, hvor de kan kontrollere følelserne.”

### **Det handler om problemer i frontallappen**

Susan Hart håber, at vi bliver bedre til at forstå, hvordan følelseslivet udvikles, og hun er også meget optaget af at finde ud af, hvordan vi måler, om behandling virker.

”Det handler om at finde ud af at bruge bestemte metoder til et barn og finde ud af, hvad der flytter og skaber udvikling. Spædbarnspsykologen Daniel Stern taler om ”now moments”, som er de svært beskrivelige øjeblikke, hvor fx en stemning flytter sig fra et niveau til et andet. De øjeblikke, hvor barnet oplever, at det bliver mødt, og jo flere af den slags øjeblikke man kan skabe, jo mere udvikling vil være mulig. Nervesystemet udvikler sig ikke af skæld ud og konsekvens, men når det føler sig godt tilpas.”

Som pædagog kan man arbejde hen mod disse ”nu-øjeblikke”, men først skal man kigge på barnets emotionelle alder og forstå barnet, lyder opfordringen fra Susan Hart. Men også kigge indad på sin egen personlighed og sætte den i spil og være nysgerrig overfor, hvordan man reagerer og hvorfor. Træning i følelsesmæssig refleksion er der alt for lidt af indenfor pædagogfaget, og det er det allervigtigste, synes SusanHart.

”Frontallappen står for impulsstyring og behovsregulering, og alle, som har psykiske vanskeligheder, har problemer i det område. Der er en ubalance. Vanskelighederne med at regulere sig selv skyldes at frontallappen ikke hæmmer de impulser, som kommer nedefra. Man er i sine impulsers vold. Derfor siger børn tit: det var ikke mig, der slog. Det var et monster indeni mig.”

Men kan pædagoger få indhentet den manglende udvikling hos svært omsorgssvigtede børn?

”Det er tusindkroner spørgsmålet.

Statistikken er desværre deprimerende, men der er heller ikke forsket særligt meget i de behandlingsmetoder, der kan hjælpe disse børn. Jeg kan ikke forstå, at vi ikke er mere interesserede i at forstå børnene, for de laver meget ravage i samfundet. De tidligt følelsesmæssigt forstyrrede børn har udviklet en reptilpersonlighed med menneskelig intelligens. Jeg ved ikke, hvor meget kompetence vi kan give dem, men jeg vil have lov at have den ydmyghed at tro på, at alle nervesystemer har en udviklingsmulighed i sig.”

### **Blå bog**

Susan Hart har været leder af et familiebehandlingscenter og har erfaring fra socialforvaltningen og fra en børnepsykiatrisk afdeling. I dag er hun privatpraktiserende psykolog og en populær foredrags- og kursusholder inden for neuroaffektiv udviklingspsykologi, som bygger bro mellem neurofysiologien og udviklingspsykologien. Det teoretiske fundament har hun beskrevet i sin bog ”Hjerne, samhørighed, personlighed” og i den senere ”Betydningen af samhørighed”.