

# Samspel i terapi

- en teoretisk beskrivning av barns samspelsutveckling;  
i relation, i lek och i behandling.

*Maria Borg*

Psykoterapeututbildningen barn och föräldrainriktning 90 hp  
Examensarbete 15 hp  
VT 2008

Handledare: Monica Hedenbro, med.dr.

Umeå Universitet  
Institutionen för klinisk vetenskap  
Enheten för psykoterapi

## **Sammanfattning**

Föreliggande litteraturstudie handlar om hur späda och små barn utvecklar en färdighet i att samspela med andra människor, hur barns samspelsupplevelser leder vidare till en förståelse av att man själv och andra har en inre mental föreställningsvärld samt hur den teoretiska kunskapen om dessa processer används i behandlingsarbete. Begrepp som beskrivs är ”högerhjärnsystemet/the right mind” (Allan Schore), reflektiv funktion och mentaliseringsförmåga (Peter Fonagy) och ”det intersubjektiva målet” i relationen mellan barn och föräldrar (Daniel Stern). Artiklar av dessa tre författare har valts ut för att beskriva utvecklingen ur neurobiologiskt, anknytnings- respektive självutvecklingsperspektiv med intersubjektivt fokus. Alla dessa författare betonar att samspelsutvecklingen startar i det emotionella samspelet mellan spädbarn och deras vårdare. I anknytningsrelationerna får spädbarn upplevelser som lagras i det procedurrella minnet, i form av handlingsbaserad interaktionsberedskap. Det finns kvar genom livet och utvecklas. De tidiga upplevelserna tillsammans med anknytningspersonerna skapar kvardröjande strukturer som påverkar senare upplevelser. I studien diskuteras även olika behandlingsmetoder där det är möjligt att arbeta med samspelsfarenhet, antingen direkt i relationen mellan barn och föräldrar (samspelsbehandling), eller i individuell psykoterapi med samspelsinriktning. Den ömsesidiga lekens betydelse för mentaliseringsutvecklingen beskrivs också. Resonemangen sätts i relation till forskning kring relationens betydelse i terapi, med barn och även med vuxna. Ömsesidighet och samspel i barnterapi diskuteras (Björg Røed Hansen, Martin Soltvedt). Mönster från de tidiga anknytningsrelationerna, som i vuxenlivet blivit icke-adaptiva, påverkas med hjälp av ett intersubjektivt förhållningssätt i vuxenterapi, där det outtalade relationsvetandet förändras genom interaktioner i känslomässigt laddade ögonblick (Daniel Stern et al, Karlen Lyons-Ruth). Det visar sig ett sammanhang, där kunskapen om spädbarns samspelsutveckling kan ligga till grund för ett behandlingsperspektiv, där tidiga interventioner i föräldra-barn-relationen, barnterapi med samspelsinriktning samt vuxenterapi med intersubjektivt fokus ingår.

## **Tack !**

Ett stort tack till min handledare för lyhördhet i att lyssna på vad jag ville skriva om och hjälp att hålla kvar den röda tråden under processens gång, samt förmedlande av arbetsglädje.

# Innehåll

Inledning .....	1
Teori.....	3
Syfte och frågeställningar.....	4
Metod.....	4
Design.....	4
Val av teorier.....	4
Val av litteratur.....	5
Analys.....	6
Definitioner.....	6
Resultat.....	7
1. <i>Går det att sammanföra olika utvecklingsperspektiv till en gemensam beskrivning av barns utveckling i samspel?</i> .....	7
Emotionellt samspel.....	7
Spegling – ett grundläggande begrepp.....	7
Ömsesidig reglering.....	7
Den emotionella kommunikationen är en grund för hjärnans utveckling.....	8
Interaktiv reparation.....	9
Resonans.....	9
Intoning.....	10
Selektiv intoning.....	10
Den spontana gesten.....	10
I det procedurella minnet lagras samspelserfarenhet.....	11
Affekter i minnet.....	11
Förståelse för bakomliggande intentioner och känslor.....	11
”Right mind”.....	12
Reflektiv funktion.....	12
Det intersubjektiva målet.....	13
Likheter.....	13
Mentalisering – fortsättningen på reflektiv funktion.....	13
2. <i>Hur hänger samspeletsutveckling ihop med ömsesidig lek?</i> .....	15

Lek och samspel.....	15
En mentalt verklig låtsasupplevelse.....	15
Lek i behandling.....	16
<b>3. Hur kan den teoretiska ”samspelskunskapen” användas i samspelsbehandling och psykoterapi?.....</b>	<b>17</b>
Terapi.....	17
”Ögonblick” och terapeutisk förändring.....	18
Förändring av den implicit procedurella kunskapen.....	19
Samspelsbehandling.....	20
Direkta upplevelser i behandlingen.....	20
När förälderns egna spädbarnserfarenheter påverkar samspelet negativt.....	21
Föräldrasamtal med filmåtergivning.....	21
<b>Resultatdiskussion.....</b>	<b>22</b>
1. Samspelsutveckling under späd- och småbarnstiden.....	22
2. Lek och samspel.....	23
3. Den teoretiska samspelskunskapens användbarhet i samspelsbehandling och psykoterapi	24
Sammanfattande slutsatser.....	26
Referenser.....	27

# Inledning

*Finns det en underliggande "matrix", ett relationernas alfabet, som lärs in under spädbarnsåret genom samspelen med närstående, som ganska oförändrat lever kvar och bildar grunden för fortsatta relationserfarenheter?*

*Hur använder vi oss i så fall yrkesmässigt av kunskapen om en sådan "matrix", i samspelsbehandling och psykoterapi med barn och föräldrar?*

*Hur kan ett samspelsfokus användas i barnterapi?*

I mitt arbete som psykolog inom BUP, på Psykologverksamheten vid mödra- och barnhälsovården och på småbarnsverksamheten Gungan, har jag kommit i kontakt med späd- och småbarnsfamiljer där föräldrar har undrat hur de ska möta sitt barn på bästa sätt, eller där de upplevt att de har barn med stora problem. I samarbete med kollegor, i seminariegrupper och i handledningsgrupper har jag sett hur små barn med stora svårigheter kan mogna i sin personlighetsutveckling om föräldrarna får hjälp att möta barnet i ett förbättrat samspel. Föräldrarnas förändrade bemötande har gjort att barn har utvecklat bättre kommunikationsförmåga, bättre relationer till jämnåriga barn, minskad tendens att hamna i olösliga konflikter, större förmåga att uttrycka sig och att lyssna på andra, med mera. När samspelsarbetet har lyckats har det gett föräldrar en mer nyanserad syn på sitt barn och hjälpt dem att hitta nya sätt att uppfatta och förstå barnets beteende.

I olika sammanhang där jag mött kollegor som arbetar på annat sätt eller med andra åldersgrupper har frågor ställts: "Varför behöver barnen samspelsbehandling?" "Vad är det som säger att det är bra med samspelsgrupp?" etc, och ofta har jag upptäckt hur svårt det är att förklara vad det är som sker och varför det hjälper. Det är svårt att explicit beskriva för någon som har ett annat perspektiv, varför samspelsbehandling är användbart.

Min uppsatsidé bottnar i ett behov av att hitta en förklaringsnivå för att teoretiskt kunna beskriva hur barnets mognadsutveckling påverkas av samspelen mellan föräldrar och barn, tidigt i barnets liv.

Under de senaste decennierna har kunskapen om spädbarnsutveckling ökat mycket. Med hjälp av ny teknik har observationsmöjligheterna förbättrats. Spädbarnsforskare har betonat det intersubjektiva perspektivet. Neurobiologer har fogat sin kunskap till den teori som tidigare

funnits inom anknytningsteori, självpsykologi och psykodynamisk teori. I stället för att konkurrera med varandra sammanfaller ofta de olika inriktningarna när de beskriver spädbarn i samspel.

Under psykoterapiutbildningen har jag kommit i kontakt med nya perspektiv på utveckling, som jag vill kombinera med tidigare kunskap och erfarenhet. Därför vill jag fördjupa mig i olika teoretiska perspektiv på späd- och småbarnsutveckling och ta reda på vilka likheter det finns i beskrivningarna.

En fråga som varit levande i den mer övergripande debatten i yrkessammanhanget handlar om behandlingformers användbarhet. Evidensbegreppet har varit flitigt använt. Det hävdas ofta att terapiforskningen inte kommit fram till att behandlingsresultaten skiljer sig väsentligt mellan olika behandlingsmetoder, snarare är det relationen mellan klient och behandlare som avgör om arbetet blir framgångsrikt. Jag har velat ställa frågan: ”Varför är det så?” Vad är det i relationen mellan klient och terapeut som är verksamt för en framgångsrik behandling?

Inför uppsatsarbetet vill jag sätta ihop mina frågor, för att se hur det utvecklingspsykologiska perspektivet kring spädbarns utveckling i samspel bidrar till förståelsen av relationens betydelse i behandlingsarbete.

I en BOF-utbildning (Barn- och Familjeterapi enligt Martin Soltvedts modell) lärde jag mig att möta barn i lek via en alter-ego-docka som samspelar i symbollek med barnets alteregodocka. Dockorna blir som två subjekt i samspel. Martin Soltvedt kallar det ”samhandlingsposition” (Soltvedt, 2005).

I arbete med små barn (0-5 år) och deras föräldrar har jag deltagit i samspelsbehandling där barn och föräldrar samspelat, detta har videoinspelats och filmen har använts som grund för ett förändringsarbete inriktat på samspelet mellan barn och föräldrar (Hedenbro & Wirttberg, 2000; Fivaz, 1999).

I de barnterapierna jag haft under utbildningen har jag märkt att det varit nödvändigt att använda mina samspelskunskaper. Jag har deltagit som en samspelande person i relationen, medan barnet har styrt lekens innehåll.

Mot bakgrund av dessa olika erfarenheter och frågor vill jag försöka hitta en mer sammanhängande referensram, både för att kunna fördjupa förståelsen av det som händer i

behandlingsarbetet, och för att kunna bemöta mer övergripande frågor från personal och föräldrar om samspeleperspektivets användbarhet i behandling.

## Teori

Barnets hjärnvävnad växer fram under det emotionella samspelet med anknytningspersonerna under spädbarnsåret och vidare under småbarnsåren. Hjärnans högerhemisfär är dominant under de första levnadsåren. Allan Schore beskriver utvecklingen och resonerar kring begreppet "the right mind"; högerhjärnan som grund för det lilla barnets framväxande relationsvetande (Schore, 2004).

Reflektiv funktion och mentaliseringsförmåga utvecklas genom de första årens relationserfarenheter och är en förmåga att intuitivt uppfatta intentioner, känslor, tankar med mera som ligger bakom egna och andras handlingar (Fonagy 2007, Fonagy & Target 1997). Det intersubjektiva målet i relationen mellan barn och föräldrar beskrivs av Daniel Stern (Stern 1991, Stern et al 1998).

Ömsesidig fantasilek är till hjälp vid utveckling av mentaliseringsförmågan (Fonagy 2007), och ömsesidig lek i behandlingsarbete med barn beskrivs av Martin Soltvedt (Soltvedt 2005).

Den meningsskapande intersubjektiva dialogen mellan barn och terapeut är den överordnande strukturen i en barnterapi. Förhållningssättet finns i den tidiga dialogen mellan förälder och barn (Hansen, 1991).

Mötesögonblick i terapi med vuxna är en stark förändringsfaktor enligt Daniel Sterns forskning (Stern 2005, Stern et al, 1998). Paralleller mellan barndomens anknytningserfarenheter och relationens betydelse i vuxenterapi beskrivs av Karlen Lyons-Ruth (Lyons-Ruth, 1999).

I olika samspelebehandlingsmetoder deltar barn och föräldrar tillsammans. Målsättningen är att de ska få nya upplevelser av varandra och kunna utveckla ett mer utvecklingsfrämjande samspel i föräldra-barn-relationen (Hedenbro och Wirtberg, 2000; Fivaz 1999).



# Syfte och frågeställningar

Uppsatsens syfte är dels att samla olika teoretiska perspektiv till en beskrivning av samspelsutvecklingen under spädbarns- och småbarnsåren, och dels att undersöka hur kunskapen om samspelsprocesser kan användas i samspelsbehandling och terapi.

## Frågeställningar

1. Går det att sammanföra olika utvecklingsperspektiv till en gemensam beskrivning av barns utveckling i samspel?
2. Hur hänger samspelsutvecklingen ihop med ömsesidig lek?
3. Hur kan den teoretiska "samspelskunskapen" användas i samspelsbehandling och psykoterapi?

## Metod

### Design

En litteraturstudie har gjorts med inriktning på frågeställningarna. Under läsningen av litteraturen har frågeställningarna ändrats något. Två av frågorna har omarbetats, och en ny frågeställning har tillkommit.

Tre huvudartiklar har valts ut, och begrepp från dessa har jämförts med varandra. Övrig litteratur som ingår i studien har valts på grund av att den belyser resonemang som är relevanta för frågeställningarna.

Litteraturen har analyserats med avseende på frågeställningarna, och resultatet redovisas nedan, under respektive frågeställning.

Därefter följer diskussion av det som framkommit.

### Val av teorier

Den ursprungliga ambitionen var att jämföra en neurobiologisk, en anknytningsteoretisk och en psykodynamiskt utvecklingspsykologisk syn på små barns utveckling i samspel. Det visade sig dock att detta var ett alltför ensidigt sätt att dela in teorierna. Forskarna ser inte på barns utveckling ur varsitt avskilt perspektiv. Deras observationer och slutsatser handlar om flera nivåer inom barnet och mellan barn och föräldrar; tillväxten på hjärncellsnivå förklaras med

emotionella skeenden mellan föräldrar och barn och sätts i sammanhang med hur anknytningsrelationen utvecklas.

Valet av teorier omformulerades. Studien inriktades på att sammanställa vissa begrepp från

- en teori där tyngdpunkten ligger på neurobiologisk utveckling
- en teori där anknytningsperspektivet ingår
- en teori som beskriver självets intersubjektiva utveckling

## **Val av litteratur**

Ett antal vetenskapliga artiklar samt kapitel ur böcker har valts ut. Urvalet har delvis skett utifrån tillgänglig litteratur inom kunskapsområdet, som presenterats inom utbildningens ram, delvis i samråd med handledaren.

Vid genomgången av artiklarna uppfattades några som mer heltäckande för frågeställningarna än de andra. Därför valdes tre författares artiklar ut som bas; Allan N. Schore, som beskrivit den neurobiologiska utvecklingen ur ett relationsperspektiv, Peter Fonagy som beskrivit utvecklingen av reflektiv funktion och mentaliseringsförmåga mot bakgrund av anknytningsrelationen, samt Daniel Stern som beskrivit den intersubjektiva utvecklingen i relationen mellan barn och föräldrar. Den första frågeställningen är utgångspunkten för valet av dessa artiklar.

Den första genomgången av artiklarna innefattade både en bedömning av artiklarnas relevans och en öppenhet för möjliga ytterligare frågeställningar, som kunde vara intressanta.

I den processen uppkom frågan om den ömsesidiga lekens betydelse.

Frågeställning två utgår dels från de ovan nämnda huvudförfattarna, och dels från andra källor som är mer kliniska och/eller metodinriktade och har valts ut på grund av att de belyser specifika frågor kring ömsesidig lek. Sökvägen har här varit litteraturlistorna i de artiklar som inspirerat till frågeställningen samt min egen kännedom om litteratur på området.

Den tredje frågeställningen utgår från de tre huvudförfattarnas material, där detta har varit tillämpligt. När det gäller psykoterapi har två tillägg gjorts: Karlen Lyons-Ruth och Bjørg Røed Hansen. Lyons-Ruth's forskning har beskrivits som en möjlighet att integrera hur

relationsupplevelser kodas in, samt vilka mekanismer som kan förändra upplevelserna terapeutiskt, och den har valts med anledning av att den verkar intressera sig för just de samband som undersöks i denna studie. Valet av Hansens artikel har skett på grund av att hon uttalar ett tydligt samband mellan samspelsdimensionen i föräldra-barn-relationen och samspelsinriktning i den terapeutiska relationen, och hon använder begrepp från samspelsteori. Lyons-Ruth utgår från terapier med vuxna. Hansen beskriver arbete i barnterapi.

I den tredje frågeställningen görs paralleller till samspelsbehandling. För dessa resonemang har metodbeskrivande litteratur använts - Hedenbro & Wirtberg, 2000; Fivaz, 1999.

## **Analys**

Litteraturkällorna har använts på olika sätt. När det gäller de tre huvudförfattarnas artiklar har specifika begrepp valts ut och jämförts med varandra, för att möjliga likheter ska komma fram. Delar av dessa artiklar har lästs tre gånger. Vid första genomläsningen gjordes en inventering av relevanta resonemang. Därefter lästes de utvalda artiklarna med inriktning på att hitta begrepp som är väsentliga och går att använda i en sammanställning med övriga artiklars begrepp. En tredje genomläsning gjordes, då de utvalda begreppen sattes i relation till utvalda begrepp från övriga artiklar, vilket gav ytterligare perspektiv då begreppen i respektive artikel genomarbetats. Förståelsen har ökat allteftersom helheten vuxit fram.

Övriga artiklar och bokkapitel, som valts ut med tanke på att de belyser någon av de frågor som uppkommit under arbetet, har inte analyserats på samma sätt. Där har i stället relevanta resonemang hämtats.

## **Definitioner**

Den form av samspelsbehandling som kommer att refereras till är det arbetssätt där individuella föräldra-barn-par eller -triader samspelar under några minuter kring en lek eller uppgift, och detta samspel videofilmas. Efter det gör behandlaren en filmanalys där man letar upp konkreta samspelssekvenser från filmen som sedan används som underlag för ett filmåtergivningssamtal med föräldrarna. Urvalet av vad som ska visas görs mot bakgrund av den problemställning föräldrarna har uttryckt i samverkan med behandlaren. Föräldrarna och behandlarna ser därefter på filmen tillsammans och samtalar om samspelssekvenser och upplevelser.

Samspelsbehandlingen kan pågå under längre eller kortare tid, och man växlar mellan samspelsituationer som filmas och filmåtergivningssamtal med föräldrarna.

I anknytningsteori och neurobiologisk teori använder man ofta begreppet anknytningspersoner när man benämner de personer som spädbarnet får en nära relation till under den första tiden. Dessa kan vara båda föräldrarna, syskon och eventuellt någon ytterligare nära person. I tidigare teorier fokuserade man ofta på modern när man beskrev den nära relationen mellan spädbarnet och en annan person. I texten kommer jag oftast att skriva ”föräldrarna” eller ”föräldern”, eftersom de är de centrala anknytningspersonerna.

## Resultat

### *1. Går det att sammanföra olika utvecklingsperspektiv till en gemensam beskrivning av barns utveckling i samspel?*

#### **Emotionellt samspel**

##### **Spegling – ett grundläggande begrepp**

Föräldrarnas ansiktes speglande funktion har tidigt beskrivits i den psykodynamiska teorin (Winnicott, 1983), och det används även i det nya sammanhanget där anknytningsteori och neurobiologi nu intar en viktig roll.

Föräldrarnas ansikte speglar spädbarnets känslor, och barnet uppfattar sitt eget sinnestillstånd uppfångat i den vuxnes mer mogna och utvecklade personlighet. Barnets känslor härbärgeras med hjälp av föräldrarnas igenkännande. Känslan återspeglas till barnet i mer integrerad form. Den är ”smältbar” för barnet när den prövats i föräldrarnas medvetande, befunnits uthärdlig, och speglas tillbaka.

##### **Ömsesidig reglering**

Daniel Stern beskriver umgänget mellan föräldrar och barn som en ömsesidigt reglerande process. Medan de tillbringar tid tillsammans i någon aktivitet pågår mellan dem en regleringprocess som innefattar förstärkning/utvidgning av sinnestillstånd, nerreglering, bearbetning, reparation, stöd, etc. Hur väl föräldern uppfattar barnets tillstånd, det specifika i

barnets upplevelse, kommer tillsammans med andra faktorer att bestämma graden av sammanhang i barnets erfarenhet (Stern et al 1998).

### **Den emotionella kommunikationen är en grund för hjärnans utveckling**

Forskarna refererar till varandra över gränserna för olika forskningstraditioner. Schore (2004) refererar till Colwyn Trevarthen i en beskrivning av emotionell reglering: Den emotionella kommunikationen hjälper till att koppla ihop fysiologiska regleringsmekanismer i barnets och föräldrarnas hjärnor med varandra. Den känslomässiga intensiteten regleras med hjälp av ett samspel mellan den äldre och den yngre hjärnan, för stunden ihopkopplade i ett system. Föräldern deltar intuitivt i interaktionen med barnet, och hjälper till att reglera barnets känslor så att barnet inte blir överväldigat. Föräldern hjälper på så vis även till så att barnet ”stannar kvar” i en känsla och delar den, i en stund av känslomässig kommunikation där barnet får erfarenheten av att vara tillsammans, i relation.

Hos barnet kopplas kroppens signaler ihop med själsliga tillstånd och omgivningens gensvar i ett kretslopp. Under den processen bildas byggstenarna i det högra hjärnsystemet. Nervbanor byggs upp, synapser växer till. I barnets inre påbörjas utvecklingen av en ”matrix” för interaktion, en implicit kunskap om hur man som människa samspelar med andra. Denna matrix lagras i det procedurella minnet, det minne som även innehåller våra motoriska förmågor, sådana förmågor som vi när vi en gång lärt in dem inte glömmet. De finns kvar, och hämtas automatiskt fram just i samma stund som de används.

Vid 6-8 veckors ålder börjar en kritisk period, då spädbarnets dominerande intresse är ansikte-till-ansikte-interaktion med anknytningspersonerna. Samtidigt sker en kraftfull tillväxt av synapser i hjärnan. Relationen till känslomässigt närvarande vuxna, som är öppna för barnets kommunikation, är nu särskilt betydelsefull. Om olika känslolägen blir bemötta, och stöttas i ett reglerande samspel, bygger barnet upp minnen som innebär en trygg bas för fortsatt utveckling.

Om föräldrar av olika skäl inte förmår möta olika känslolägen och andra behov på ett adekvat sätt finns det sämre förutsättningar för att en stabil inre struktur ska bildas hos barnet. Hjärnans system för interaktion utvecklas då inte så sammanhängande och sammansatt som skulle kunna vara möjligt.

Barnets tidiga deltagande i interaktionen med en intonande förälder leder till en inre basal kärna som anger inriktningen för allt fortsatt fungerande. I det procedurella minnet lagras en

inre arbetsmodell av anknytningsrelationen som styr individens karaktäristiska sätt att reglera affekter. Hos den tryggt anknuten individen finns en förväntan att avbrott i jämviktskänslan kommer att repareras, vilket efter hand tillåter barnet att själv reglera funktioner som tidigare föräldern behövdes för att hjälpa till med. Genom fortsättningen av livet används dessa inre arbetsmodeller som vägledning för handling (Schores 2004).

Hjärnans högra hemisfär är dominant under de första åren, och där byggs det upp ett affektlexikon för icke-verbala affektiva signaler såsom ansiktsuttryck, emotionell ton i rösten, och gester. Även olika kroppsprocesser och kroppskänslor, i den egna kroppen, kontrolleras där. Högerhemisfären innehåller ömsesidiga förbindelser med både limbiska systemet som snabbt processar emotionell information och autonoma nervsystemet som genererar den somatiska sidan av emotionella tillstånd.

*”Högerhjärnan ..... agerar som ett effektivt, sammanhängande system som snabbt och relativt flexibelt kan hantera skiftande krav från den inre och den yttre världen, och ändå bibehålla en sammanhängande subjektiv erfarenhet, trots förändringar i interpersonella och individuella sammanhang” (Ibid. s 40, min översättning).*

### Interaktiv reparation

Missförstånd i kommunikationen är normalt och repareras genom att man uppfattar att det var fel, och försöker igen med att förstå. Om reparation ska ske måste båda ”komma att veta” den andres upplevelse, dvs den korrigerande handlingen behöver innefattas i samspelets processen. Frågandet och svaren måste fortsätta tills man hittar rätt (Tronick et al 1998). Nyckeln till denna förmåga är föräldrarnas kapacitet att hantera sina egna känslor, speciellt de negativa känslorna (Schores, 2004). De barn som får erfarenhet av att gå från positiv affekt till negativ, och sedan kunna hämtas upp igen till en ömsesidig positiv känsla (interaktiv reparation), bygger upp en motståndskraft mot känslomässig stress.

”Motståndskraft mot stress är en ultimata indikator på anknytningskapacitet” säger Schore (Ibid. s 33, min översättning).

### Resonans

När Schore beskriver kommunikationen ger han en bild av att förälder och spädbarn är två lika aktiva deltagare i en kommunikation där de deltar i samma känsloupplevelse. De båda ”går ombord” i en känsla som startar lugnt, aktiveras, förstoras med hjälp av den ”resonans”

som uppstår inom var och en av dem när de uppfattar den andres svar. Schore refererar här till Trevarthen, som har observerat hur förälder och spädbarn kommunicerar sina känslor så att det uppstår en genklang, där båda bidrar till en utvidgad känsla, där själva deltagandet utgör en glädje i sig. Dessa interaktionsmönster blir erfarenheter som lagras i minnet. (Ibid).

## **Intoning**

För att hitta möjligheten till sådan kommunikation måste föräldern vara intonande med barnets känsla. Här refererar Schore till Stern (1993). Föräldern fångar upp barnets känsloläge, i en process där spädbarnet leder och föräldern följer.

Stern ger en beskrivning av ”inbäddade intoningar”, som är det som sker medan man tillsammans håller på med en gemensam aktivitet. Föräldern visar sitt deltagande i barnets handling med hjälp av ett annat sinne än det barnet använder. Stern beskriver till exempel hur en mamma tonar in med sitt röstläge för att uppmärksamma sin nio månaders pojkes bankande. Hon gör en rytm med rösten; ”kaaa-bom, kaaa-bom!”. En annan mamma följer sitt barns lek med en skallra genom att nicka upp och ner med huvudet i takt med barnets rörelser. Känslointoningen förmedlar till barnet att det är den bakomliggande känslan föräldern uppfattar och kommunicerar med, det handlar inte bara om det yttre beteendet. Skillnaden mellan intoning och imitation betonas: ”.. ren imitation ... håller kvar fokus för uppmärksamheten vid formen på de yttre beteendena. Intoningsbeteenden, däremot, omformar skeendet och flyttar fokus för uppmärksamheten till det som finns bakom beteendet, till den känslökvalitet som delas” (Stern 1991, s 153).

## **Selektiv intoning**

”Intoningen tillåter föräldrarna att lära barnet vad som går att dela, det vill säga vilka subjektiva upplevelser som är innanför respektive utanför gränsen för ömsesidig uppmärksamhet och som kan accepteras. Genom att använda intoning selektivt fungerar föräldrarnas intersubjektiva sätt att svara på barnet som en mall för att forma och skapa motsvarande intrapsykiska upplevelser hos barnet. Det är på det sättet föräldrarnas önsknings, rädslor, förbud och fantasier drar upp gränslinjen för barnets psykiska upplevelser” (Stern 1991, s 217).

## **Den spontana gesten**

Schore påminner om det Winnicott skrivit (1971), där Winnicott ger en ”beskrivning av spädbarnets ´spontana gest´, ett somatopsykiskt uttryck av det begynnande ´sanna självet´,

och den intonande /föräldern/ som 'återspeglar babys eget 'själv' till sin baby'" (Schoore 2004, s 32, min översättning).

## **I det procedurella minnet lagras samspelsfarenhet**

I minnet finns minst två relativt självständiga, neurologiskt och psykologiskt homogena, underliggande system. Det autobiografiska minnet är åtkomligt för medvetandet. Det procedurella minnet är implicit, icke-frivilligt, icke-deklarativt och icke-reflektivt. Det kan vara mer dominerat av emotionell och impressionistisk information än autobiografiska minnet. Det lagrar "hur det går till", handlingar. Prototypen är motoriska färdigheter, som t ex att cykla. Det är troligt att de representationer av barn- och föräldrainteraktion som tidigt byggs upp lagras som procedurella minnen. (Fonagy & Target 1997).

Dessa är i så fall bara åtkomliga via handling.

Karlen Lyons-Ruth konstaterar att den första formen av representation är en form som inte utgörs av ord eller bilder, utan av handlingsbaserade relationsprocedurer som styr "hur man gör" (Lyons-Ruth, 1999).

## **Affekter i minnet**

Minnet för känsloupplevelser bidrar till känslan av kontinuitet hos självet, enligt Stern. Han säger: "Av alla mänskliga beteenden är affekter kanske de som förändras minst under ett livslopp. De muskler som tvåmånadersbarnet använder när det ler eller gråter är exakt desamma som den vuxne använder. Följaktligen förblir den proprioceptiva feedbacken från leende och gråt densamma från födelsen till döden. Av detta skäl 'garanterar vår affektkärna kontinuitet i våra upplevelser tvärs genom utvecklingen trots att vi förändras på så många sätt' (ref. till Emde )" (Stern 1991 s 106).

## **Förståelse för bakomliggande intentioner och känslor**

De olika författarna beskriver hur utvecklingen går vidare och hur barn bygger upp en förståelse för att känslor, intentioner, föreställningar, syften med mera styr beteendet.



## **”Right mind”**

Högerhjärnans förmågor bildar grund för barnets utveckling av en ”theory of mind” som innebär att barnet uppfattar inre tillstånd hos sig själv och andra och förutsäger beteende utifrån detta. Schore kallar denna förmåga för människans ”right mind”, eftersom den är lokaliserad i högra hjärnhalvan (Schore 2004).

Även när vänsterhjärnan blir dominant, vid ca 3,5 års ålder, fortsätter högerhjärnan att mogna genom livet, men man tror enligt Schore att den mognaden begränsas av de underliggande redan formade nätverken. Mognadsprocessen är beroende av sin tidiga organisation, påverkad av anknytningsrelationerna.

Den socialt-emotionella hjärnan agerar som en copingmekanism som effektivt styr och autoreglerar långvarighet, frekvens och intensitet hos positiva och negativa affekttillstånd, och är därigenom ett centralt drag i den framväxande personligheten. Hos tryggt anknutna personer fungerar de högsta nivåerna av högerhjärnan, orbitofrontal cortex, genom att integrera och ge emotionell-motivationell betydelse till kognitiva intryck, associera emotion med idéer och tankar, och genom att generera en theory of mind med en affektiv komponent. Dessa funktioner märks mest i sådana sammanhang där det finns osäkerhet, i ögonblick av emotionell stress, då de understödjer den tidiga mobiliseringen av effektiva beteendestrategier i nya eller tvetydiga situationer (Schore 2004 s 42).

## **Reflektiv funktion**

Fonagy beskriver liknande processer med sitt begrepp ”reflektiv funktion”. Barnet utvecklar förmågan att förstå egna och andras affekter genom att föräldrarna finns med och speglar barnets egna känslomässiga upplevelser. Ängslighet och ångest, t ex, är en förvirrande blandning av fysiologiska förändringar, idéer och handlingar. När en förälder reflekterar barnets ängslighet hjälper det barnet att organisera sin känsla och barnet ”vet” vad han/hon känner. Förälderns representation av barnets affekt kan tas upp och införlivas i systemet av möjlig självupplevelse (Fonagy & Target, 1997 s 683).

Det är viktigt att föräldern kan vara tydlig med att hans/hennes känslouttryck just är en spegling av barnets känsla. När speglingen innehåller ett mer komplext uttryck än den känsla barnet har, kan barnet uppfatta att förälderns känsla är analog med barnets upplevelse men inte helt sammanfallande med barnets erfarenhet. När barnet uppfattar detta kan symbolformation börja. Barnet kan använda förälderns reaktioner såsom en utanförstående referenspunkt. Föräldern hjälper barnet både att hantera sin känsla och att uppfatta en symbolisering. Barnet är på väg att kunna bygga upp en bild av att egna och andras handlingar

styrts av känslor, önskningar mm, samtidigt som förmågan att reglera och kontrollera de egna känslorna utvecklas.

Det betonas starkt att utvecklandet av reflektiv funktion sker i det sociala sammanhanget. Familjen, med sitt nätverk av komplexa relationer, bildar basen för tidig reflektion. Kärnan för barnets reflektiva förmåga består av vårdarens förmåga att kommunicera förståelse för barnets avsikter (Ibid. s 679).

*I den tidiga barndomen betyder alltså anknytningspersonernas svar mycket mer än trygghet. "Det är det viktigaste verktyget för att skapa förståelse för våra egna inre tillstånd, vilket är ett mellansteg i skapandet av en förståelse för andra som psykologiska enheter" (Fonagy, 2004, s 116, min översättning).*

### **Det intersubjektiva målet**

Daniel Stern beskriver en liknande utveckling men använder delvis andra begrepp. Han säger att ömsesidig reglering involverar ett intersubjektivt mål, och det intersubjektiva målet är erfarenheten av ömsesidigt igenkännande av varandras motiv, önskningar och uttalade målsättningar som dirigerar handlingar, och känslorna som åtföljer denna process (Stern et al, 1998).

### **Likheter**

Schore med beskrivningen av högerhjärnsystemet, Fonagy med begreppet reflektiv funktion och Stern med beskrivningen av det intersubjektiva målet berättar om liknande mognadsprocesser i barnets förmåga att uppfatta världen och relationerna omkring sig. Forskare från olika traditioner förenar sig i beskrivningar av spädbarns inre utveckling och kommer till liknande resultat, även om de inte använder sig av samma begreppsapparat.

### **Mentalisering – fortsättningen på reflektiv funktion**

Mentalisering definieras som förmågan att utvärdera/bedöma subjektiva tillstånd och tänka explicit kring inre sinness tillstånd (Fonagy 2007, s 54).

Mentalisering är en form av mestadels förmedveten mental aktivitet där vi uppfattar och tolkar mänskligt beteende utifrån hur vi föreställer oss bakomliggande mentala tillstånd, till exempel behov, önskningar, känslor, föreställningar, mål, syften och orsaker. Mentalisering innebär att vi föreställer oss något, eftersom vi inte kan veta vad andra människor tänker och

känner. Ett liknande föreställningssteg behövs för att förstå sin egen inre erfarenhet, särskilt när det gäller emotionellt laddade erfarenheter.

Barn upptäcker anknytningspersonernas inre medan de försöker komma underfund med sig själva, i handling. Tre kvaliteter i trygga anknytningsrelationer understödjer mentalisering:

1. Moderata nivåer av negativ affekt, som hör ihop med oundvikliga konflikter och rädslor i anknytningsrelationen, uppväcker behovet att mentalisera. Tryggheten och trösten som tillhandahålls i den generellt sett goda relationen kommer att ge den emotionella härbärgering som behövs för mentalisering.
2. Även om inte en trygg anknytning direkt nödvändiggör mentalisering ger den en nivå av positiv emotionell "arousal" som gör att det finns ett intresse av att mentalisera.
3. I en trygg anknytningsrelation mentaliserar anknytningspersonen hela tiden barnet (i sammanhanget av vardaglig stress, och annars), och detta stimulerar aktivt mentalisering.

Att hålla tillbaka en impulsiv reaktion är en förutsättning för mentalisering, för det kräver ju att något som inte syns (inre tillstånd) får komma i förgrunden, framför det som omedelbart påverkar barnet (fysisk realitet). I anknytningsrelationen får barnet hjälp till självreglering, och därmed blir det möjligt att flytta uppmärksamheten från det som kräver omedelbar handling. Delad uppmärksamhet med en anknytningsperson tjänar en självorganiserande funktion i den tidiga utvecklingen.

Känslomässig "hetta" i anknytningsrelationen motverkar mentalisering. Detta beror på att anknytning respektive mentalisering är knutna till varsitt system i hjärnan som balanserar varandra på det sättet att när det ena är i funktion vilar det andra. (Det har visat sig i forskningsstudier att områden i hjärnan som medierar känslomässig anknytning verkar samtidigt undertrycka hjärnaktivitet i flera hjärnregioner som har att göra med kognitiv reglering och kontroll, inkluderande dem som hör ihop med att göra sociala bedömningar och mentalisering). Vid mycket stark känsla, positiv eller negativ, i anknytningsystemet kan inte mentaliseringen träda i funktion. Det kan innebära att ett barn som ofta upplever hot eller rädsla i anknytningsrelationerna får sämre möjlighet att utveckla mentaliseringsförmågan. Vid passionerad kärlek minskar tendensen till mentalisering (klarsynthet/kritik). (Fonagy 2007, ca s 63).

Tidiga avbrott i anknytningsbanden påverkar inte bara de inre anknytningsmodellerna, utan de underminerar flera förmågor som behöver utvecklas för att kunna förstå andra.

## *2. Hur hänger samspelsutveckling ihop med ömsesidig lek?*

### **Lek och samspel**

Barn som under sitt 3:e levnadsår deltar mer i samarbetsinteraktioner och speciellt i gemensam låtsaslek blir skickligare i att mentalisera och i att delta i aktiviteter som baseras på förståelse av emotioner. Förskolebarn som är tryggt anknutna deltar mer i låtsaslek än undvikande barn, och de som har undvikande anknytning engagerar sig mindre och har sämre förmåga till låtsaslek. Yngre barn som är tryggt anknutna kan lättare använda vuxnas hjälp för att utveckla sin lek (Fonagy & Target 1997).

### **En mentalt verklig låtsasupplevelse**

Barn upp till 3-4-årsålder har två sätt att uppfatta förbindelsen mellan den yttre, konkreta världen och sin egen upplevelsevärld. Å ena sidan förväntar sig barnet att den inre världen motsvarar den yttre, och subjektiv erfarenhet blir ofta omgjord för att passa ihop med information som kommer utifrån ("psykisk ekvivalens"). Å andra sidan vet barnet att i låtsaslek hittar man på, där kopplas inte lekverkligheten till den yttre verkligheten, men då förväntas inte den inre upplevelsen ha någon relation till den yttre verkligheten ("låtsasläge").

Det som händer när mentaliseringen utvecklas är att dessa båda sätt att uppfatta världen integreras, så att inre mentala tillstånd kan ses som representationer. Inre och yttre verklighet kan då ses som länkade till varandra, trots att de är olika. De behöver inte längre antingen likställas eller ses som helt isolerade från varandra.

Mentalisering kommer till genom att barnet upplever att dess inre erfarenheter blir uppfattade, och att någon reflekterar kring dem. I leken sker detta, som en fortsättning på de tidigare erfarenheterna av ömsesidig reflektion. Det kan ske i trygg lek med en vuxen eller ett annat barn. I lek ger föräldern barnets idéer och känslor en länk till realiteten, genom att tillhandahålla ett annat perspektiv som existerar utanför barnet. Genom lekfullhet introduceras en låtsasupplevelse som är mentalt verklig. (Fonagy 2007, s 80). Stödet som barnets lekkamrat tillhandahåller i låtsaslek är den mekanism som hjälper fram utvecklingen av

reflektion. Symbollek kan erbjuda en ”proximal utvecklingszon” för de förmågor som behövs för mentalisering. (Fonagy & Target 1997 ca s 688).

## **Lek i behandling**

Ramen.

Lena Brattwall refererar till ovanstående process. Hon säger att barnet enbart kan klara av att reflektera över tankar och känslor kring verkliga händelser om den vuxne kan erbjuda en ram som avskiljer barnet från den tvingande egenskapen hos den yttre verkligheten. Om det i leken går att hålla kvar låtsasperspektivet och ”skydda” det från verkligheten ges barnet möjlighet att integrera de två funktionerna ”psykisk ekvivalens” och ”låtsasläge”, för att kunna skapa ett tredje sätt att ”ta emot” yttre och inre värld med. Mentalisering gör det möjligt för barnet att skilja det inre från det yttre utan att ta bort länkarna dem emellan. I normal utveckling får barnet runt fyra års ålder tillgång till detta sätt att hantera sin verklighet (Brattwall, 2004).

Samhandling i BOF-lek.

Martin Soltvedt resonerar kring olika perspektiv på lek; det psykoanalytiska perspektivet, där man ser leken som ett sätt att bearbeta inre utveckling, samt det antropologiska perspektivet där man observerat barn som leker tillsammans på daghem och förskolor. När barn leker med varandra sker det på en social arena, där hela tiden det sociala rolltagandet pågår.

Man kan se leken som tecken på bearbetning på ett inre plan, eller se den som en ”samhandlingskompetens”. Dessa sätt är komplementära och behöver balanseras, säger Soltvedt. Ram och innehåll är två viktiga sidor i leken. Förhållandet mellan dem har en avgörande betydelse för hur ett terapeutiskt förlopp ska bli. (Soltvedt, 2005 ca s 202). Soltvedt har introducerat begreppet ”samhandling” i symbollek i sin barn- och familjeterapeutiska metod. Han betonar att det som är viktigt i samvaro med barn är intoning genom gemensamma, ömsesidiga aktiviteter.

Han ställer frågan: ”Vad är det då som är terapeutiskt verksamt?” och undrar om det rätt och slätt är att barnet blir bemött utifrån de förutsättningar det har. Soltvedt kallar det ”bekräftande möten”, och han menar att sådana möten inte bara är viktiga för barnet under terapitimmarna, utan ”väl så viktigt för barnet är att bli mottagen och bemött på ett respektfullt sätt i alla de situationer som utgör barnets vardag”.

Martin Soltvedt menar att ”det är interaktion och samhandling som är de terapeutiska nyckelorden” (Ibid. s 209).

Symbollek.

Många samspelsprocesser utvecklas före symbolleken och är kanske viktiga förutsättningar för att symbollek ska uppstå. I själva symbolleken finns förutsättningar för att upplevelser ska bearbetas, och delas i en relation. I ett citat från Melanie Klein formulerar Cristina Penaloza en grundläggande egenskap som gäller symbolisering: "Symboliseringens uppgift är bland annat att härbärgera en känslomässig erfarenhet och möjliggöra dess bearbetning" (Penaloza, 2007, s. 66). För att komma till den möjligheten behövs det ibland en mer grundläggande utveckling av barnets samspelsförmåga.

### *3. Hur kan den teoretiska "samspelskunskapen" användas i samspelsbehandling och psykoterapi?*

#### **Terapi**

Den meningsskapande intersubjektiva dialogen mellan barn och terapeut är den överordnade strukturen i en barnterapi, och innehållet blir till inom den ramen (Hansen 1991). Innehållet styrs genom att man följer barnets uppmärksamhetsfokus. Parallellen till detta förhållningssätt finns i den tidigare dialogen mellan förälder och barn. "Poängen är samspelets struktur" enligt författaren. Särskilt i arbetet med kontaktstörda barn är detta viktigt, eftersom de barnen behöver starta med att lära sig vad ett ömsesidigt samspel och intersubjektiv dialog handlar om. Det är dessutom viktigt eftersom bekräftande av det intersubjektiva fältet är en förutsättning för att barnet ska gå vidare med att berätta sin historia och att uttrycka personligt viktiga teman.

*"Uppmärksam närvaro och reglering av det ömsesidiga samspelet utifrån barnets uppmärksamhetsfokus, affektiva signaler och organisation blir avgörande terapeutvariabler." (Ibid. s. 787)*

Hansen nämner även interaktiv reparation som en viktig process i barnterapi och refererar här till Tronick (1998). Precis som i föräldra-barn relationen krävs det inte någon perfekt anpassning till den andre, utan det igenkännande som finns i interaktiv reparation, där man möts kring det som blivit missuppfattat och är överens om det, förstärker anknytningen (Hansen, 1991).

## **”Ögonblick” och terapeutisk förändring**

I en artikel om terapeutisk förändring beskriver Stern et al – med utgångspunkt i samtalsterapi med vuxna – det de kallar ”The something more” i terapi. De menar att ”någonting mer” än tolkningar är verksamt i psykoterapi.

Outtalat relationsvetande.

Författarna säger att det verbala, det man pratar om, är i förgrunden i en samtalsterapi, men i bakgrunden går man mot ökat intersubjektivt deltagande, ett implicit intersubjektivt mål.

Detta intersubjektiva mål innefattar deltagarnas uttalade relationsvetande; den kunskap om att vara i relation som var och en har med sig, och som inte uttalas explicit.

Mötesögonblick.

I den terapeutiska processen ingår olika former av mötesögonblick, där både klient och behandlare deltar som verkliga personer, terapeuten är just då inte i sin roll. Mötesögonblicket ”finns i en domän som överskrider men inte upphäver den ’professionella’ relationen och blir delvis fri från överförings- motöverföringsövertoner” (Stern et al 1998).

Terapeutisk förändring.

Den gemensamma uttalade relationen har sina rötter i den tidigaste utvecklingen.

Förändringar i den relationen kan skapa långvariga terapeutiska effekter, enligt författarna.

Författarna utgår från principen om självorganisation hos dynamiska system. De tillämpar principen på mental organisation; i frånvaro av någon opponerande dynamik, tenderar medvetandet att använda alla skiftningar och förändringar i den intersubjektiva omgivningen för att skapa progressivt mer sammanhängande ”uttalat relationsvetande”. Ett mötesögonblick är den händelse som förändrar det uttalade relationsvetandet, mötesögonblicket är därför den basala enheten för subjektiv förändring.

Nuögonblick.

Ett mötesögonblick föregås alltid av ett ”nuögonblick”, som är ett ögonblick då relationen plötsligt förändras eller riskerar att förändras, när det nuvarande tillståndet hos den delade uttalade relationen kommer i öppen dag. Detta kräver en intensifierad uppmärksamhet från terapeuten och någon form av val. Det tvingar terapeuten till handling; det kan vara en tolkning, eller ett svar som är nytt för den vanliga ramen, eller en tystnad. Nuögonblicken är oväntade, ovanliga till form och timing, förvirrande eller underliga. Man vet inte vad som ska

hända eller vad man ska göra. I ögonblicket är man på väg mot en okänd framtid som kan kännas som en återvändsgränd i relationen, eller en möjlighet. Om ögonblicket grips kommer det att leda till ett mötesögonblick. En ny intersubjektiv kontakt kommer att etableras, och det kommer att medföra förändring i den gemensamma uttalade relationen. Ett öppet utrymme, ”open space” uppstår, där det är fritt att agera på ett nytt sätt och skapa nya erfarenheter, för att man är befriad från vanans makt.

Det finns alltid olika möjligheter till utfall i ett nuögonblick. Det finns missade nuögonblick, misslyckade nuögonblick, reparerade nuögonblick, långvariga nuögonblick (innebär att nuögonblicket ligger kvar, hänger i luften, under flera sessioner och inget annat kan hända förrän dess öde är bestämt).

### **Förändring av den implicit procedurella kunskapen**

Det hjälper inte med samtal för att ändra det procedurella minnet, säger Karlen Lyons-Ruth (1999), som beskriver arbete med vuxenterapier, med utgångspunkt från kunskapen om hur de tidigaste relationsprocedurerna fortsätter att påverka individer genom livet. Lyons-Ruth finns med bland författarna i föregående artikel men har även formulerat egna tankar. Jag tycker att dessa lägger till något till föregående resonemang. Lyons-Ruth beskriver något hon kallar implicit iscensatt kunskap (”implicit enacted knowing”, se ovan s 11). Författaren uttrycker att terapeuten får tillgång till denna implicita iscensatta/handlingsbaserade kunskap, både sin egen och klientens, genom att vara aktivt deltagande i terapin.

Terapeutiskt arbete kan innehålla dekonstruktion av komplexa men icke adaptiva sätt att vara med andra, samtidigt med att man i samarbete bygger upp mer anpassade men lika komplexa nya sätt att vara tillsammans, och detta innebär ”en långsam ömsesidig resa genom en serie av intersubjektiva möten som blir katalysatorer för nya kontrollsystem” (Lyons-Ruth, 1999, s 605).

Lyons-Ruth beskriver det som att vuxna som kommer till terapi ofta har med sig erfarenheter av att vissa känslor inte blivit accepterade och integrerade i det tidiga samspelet med anknytningspersonerna. I terapin behöver arbetet för förändring då ske på både handlingsnivå och symbolnivå (Ibid. s. 608). Ögonblick av omorganisation måste innehålla en ny sorts intersubjektivt möte som uppstår i en ny öppning i det interpersonella utrymmet, som tillåter båda att bli agenter i förhållande till varandra på ett nytt sätt (Ibid s 611).



## **Samspelsbehandling**

Det finns olika metoder för samspelsarbete med föräldrar och barn. Här fokuseras på det arbetssätt där individuella föräldra-barn-par eller –triader samspelar under några minuter kring en lek eller uppgift, och deras samspel videofilmas. Filmen analyseras av behandlaren, och därefter inbjuds föräldrarna till ett filmåtergivningssamtal.

Föräldrarna och behandlarna pratar om det de ser på filmen. Exempelvis kan det gå att se att barnet tittar upp på föräldern med intresse i blicken efter att föräldern lockat barnet till samspel, kanske med ett skratt, ett ord, en rörelse. Förälder och behandlare kan se hur den stundens samspel utvecklar sig, uppfatta hur barnet följer föräldern, fundera över ett avvärjande från barnet, samtala om föräldrarnas känslor i den stunden och fundera över alternativa sätt att möta barnet.

Skillnaden mellan ”det synliga” och ”det upplevda” är betydelsefull. Den direkta upplevelsen i mötet med barnet skiljer sig från hur föräldern uppfattar samspelet som betraktare, utifrån filmen – samtidigt som han/hon har med sig minnet av hur den direkta upplevelsen var, i stunden.

Föräldern kan sedan, med behandlarens stöd, pröva sig fram i samspelet med barnet, för att hitta nya sätt som ger mindre stress i samspelet, mer svar från barnet eller något annat som hör ihop med den problemställning familjen kommit fram till att just de behöver hjälp med. Det görs inledningsvis och även i fortsättningen noggranna beskrivningar av hur svårigheterna upplevs, och detta bildar underlag för problemformuleringarna.

### **Direkta upplevelser i behandlingen**

Samspelsstunden är full av upplevelser för både förälder och barn. Föräldern tar kontakt, barnet svarar, de får ögonkontakt, det väcks en känsla hos båda. Alla de sätt att samspele som beskrivits tidigare kan uppstå under samspelsstunden, i lek eller annan kommunikation. De svårigheter som finns i föräldra-barn-kommunikationen uppstår också.

I en samspelsbehandling, där föräldern stöter på svårigheter, samtalar om det och får nya upplevelser och tankar, ges möjligheter till utveckling. Dialogen mellan förälder och barn förändras. Barnet och föräldern får nya känslomässiga erfarenheter tillsammans genom denna pågående process. Dessa upplevelser blir viktiga ögonblick, där barn och förälder upptäcker samspelets villkor och möjligheter och får nya sätt att vara med varandra. Sannolikheten ökar för att detta ska upprepas även i framtiden, i deras vardag. Förändringar i familjens framtida samspel initieras på detta sätt. (Stern 1995, s 194).

Svårigheter i dialogen mellan föräldrar och barn kan ha många olika orsaker. De kan ha med den nuvarande livssituationen att göra, de kan handla om svårigheter som barnet har med sig eller om skillnader i temperament mellan barn och förälder.

Barnets kraft är stark när det gäller de samspelscirklar som uppstår mellan förälder och barn. Barnet kan bli en positiv vägvisare för föräldrar som lyssnar och låter barnets svar visa vägen till ett mer utvecklat samspel. Barnets närvaro kan även väcka upp svåra minnen från föräldrarnas egen spädbarnstid.

### **När föräldrarnas egna spädbarnserfarenheter påverkar samspelet negativt**

Det räcker inte med samtal för att ändra det procedurella minnet. Föräldrar har med sig, kodat i det procedurella minnet, egna spädbarnserfarenheter. Dessa aktiveras, just när de används, i interaktionen med det egna barnet och uttrycks via kroppsspråk. Eventuella negativa känslor mot barnet som hör ihop med svåra tidiga minnen, kan hållas borta från medvetandet med hjälp av olika känslomässiga försvar. Föräldrarnas kroppsspråk – ansiktsuttryck, röst, sätt att hålla barnet – kan därigenom förmedla budskap som inte matchas av det upplevda känsloläget. Medan affekten hålls borta för att den inte tolereras, uttrycks det procedurella minnet. Själva förståelsen av handlingen tappas bort. Så förklarar Tessa Baradon den process som gör att föräldrarnas negativa barndoms erfarenheter lever vidare i samspelet med det egna barnet (Baradon, 2004).

I den nuvarande föräldra-barn-relationen, där föräldern nu är förälder men hanterar känslor från en föräldra-barn-relation där han/hon var ett litet barn, blir den känslomässiga kommunikationen motsägelsefull. Från vuxen till barn kommuniceras en känsla av att känslovärlden är otrygg och inte kan ingå i dialogen (Ibid.).

Hur behöver ”föräldradsdelen” i samspelsbehandling vara för att hjälpa föräldrar att ändra negativa samspelsmönster, så att de kan få ett utvecklande känslomässigt samspel med sina barn i vardagen?

### **Föräldrasamtal med filmåtergivning**

Filmåtergivningssamtalet är en stark terapeutisk intervention. Den emotionella upplevelse föräldrarna får när de ser sitt barn och sig själv i samspel är viktig att dela, så att föräldrarna upplever ett känslomässigt stöd. Terapeuten tonar in, man delar känsla, förstärker, nyanserar, talar om det upplevda (Hedenbro 2008). Behandlaren har också möjlighet att leda processen genom att välja vilka filmsekvenser som ska visas.

Vid samtalet visar det sig vilket fokus man ska gå vidare med i nästa återgivningssamtal. ”Samtalet i återlämningen är avgörande för hur processen ska komma vidare” (Ibid.).

I artikeln dras paralleller till Daniel Sterns ”ögonblicksbegrepp”. Starka känslor som föräldrar upplever när de ser filmen kan delas här-och-nu med terapeuten. ”Mötet mellan terapeut och förälder finns på en ickeverbal nivå, känslomässigt laddad i vars och ens inre subjektiva värld” (Ibid.). Här fångas känslor upp, som hör till relationen mellan förälder och barn. De kan ha sitt ursprung i förälderns barndom, eller det kan finnas aktuella orsaker. De delas nu i ett nytt intersubjektivt sammanhang. Föräldern får en upplevelse av känslomässigt stöd för tidigare svårburna eller oacceptabla känslor (ledsenhet, ilska, övergivenhet, hjälplöshet etc), han/hon får möjlighet att tala om den upplevelse som uppkommer i samspelet med barnet. Detta ger en möjlighet att på ett nytt sätt kunna möta barnets känslor, medan samspelsbehandlingsarbetet fortsätter, med omväxlande föräldra-barn-samspel och filmåtergivningssamtal.

## Resultatdiskussion

### 1. Samspelsutveckling under späd- och småbarnstiden

Den inre utvecklingen hos spädbarnet pågår redan från första stund. Genom ett nära, känslomässigt, reglerande samspel utvecklas förmågorna att kommunicera via ansiktsuttryck, kroppsspråk, röstläge etcetera. En ”matrix” för samspel och relation byggs upp, en samspelskunskap som är handlingsbaserad och lagras i det procedurella minnet.

Alla de författare jag har studerat ser samspelet mellan barnet och dess anknytningspersoner som en grundval för den utveckling på relationernas område som äger rum inom barnen under de första åren. Forskarna är även överens om hur de olika interaktionsprocesserna ser ut som barn och föräldrar deltar i. Känslornas inflytande betonas. När barn och förälder ”delar känsla” pågår samspelsfarenheter som lagras i minnet. Föräldrarnas känslouttoning är central. Ett affektlexikon byggs upp inom barnet.

Det finns konsensus bland forskare om att samspelsfarenheter lagras i det procedurella minnet. Kunskapen är implicit och icke-reflektiv. Den är utanför medvetandet tills den aktualiseras när den kommer till användning.

Grunden för samspelsfarenheten följer med genom livet och förändras inte så mycket efter de första åren, men den byggs på allteftersom individen gör nya erfarenheter och mognar.

Interaktionsmönster som skapats i samspelet med anknytningspersonerna fortsätter individen att återskapa i relation till andra, även om de i nya sammanhang kan vara mindre funktionella.

Den första tidens interaktionserfarenhet leder vidare till en förståelse för att eget och andras beteende styrs av bakomliggande faktorer, såsom intentioner, känslor, önskningar med mera. Med stor tydlighet framgår forskarnas uppfattning, baserad på noggrann observation, att kommunikationen mellan föräldrar och barn är jordmånen för små barns framväxande livsförståelse och deras verktyg för att hantera sina erfarenheter senare i livet.

## **2. Lek och samspel**

När barn leker fantasilek med varandra eller med en vuxen använder de, befäster och utvecklar sina förmågor att samspela med andra. De avläser gester och ansiktsuttryck, uppfattar andras intentioner, upplever möjligheten att dela den mentala inre verkligheten med en annan människa. I handling utvecklas förmågan att samarbeta, på grundval av snabb avläsning av lekkamraternas, där barn använder de ”nycklar” som är adekvata – ansiktsuttryck, röstläge, känslointensitet, egen intuitiv bedömning av andras intentioner, reglering av egna inre tillstånd som t ex impuls kontroll. Schores ”högerhjärnsystem”, Fonagys ”mentaliseringsförmåga och reflektiva funktion”, Sterns ”intersubjektiva mål” är i full gång. Leken fungerar som en länk mellan den egna inre världen och den gemensamma värld som delas med andra.

Samspelsförmågan är den gemensamma lekens förutsättning.

Genom lekfullhet introduceras en låtsasupplevelse som är mentalt verklig, säger Fonagy. Detta sätt att uppfatta verkligheten har förberetts genom föräldrars känslointoning/spegling, där de förmedlat till spädbarnet att de just ”speglar” känslan, det går att göra en representation av den (se ovan, s 12). Den vuxne måste i leken kunna erbjuda en ram ”som avskiljer barnet från den tvingande egenskapen hos den yttre verkligheten”, för att barnet ska kunna utveckla mentalisering (se ovan, s 16).

Genom denna beskrivning förstår jag lekens betydelse på ett nytt sätt. Själva lekupplevelsen ger en ny dimension till möjligheten att förhålla sig till världen och till andra människor, och genom denna upplevelse utvecklas den viktiga mentaliseringsförmågan. Lekupplevelsen är i sig själv utvecklande och läkande.

### **3. Den teoretiska samspeleskunskapens användbarhet i samspelesbehandling och psykoterapi**

Ovan beskrivs några synsätt från både barn- och vuxenterapi samt samspelesbehandling. Kopplingen mellan tidiga samspelesupplevelser och de erfarenheter som uppstår i relationen i terapi blir tydlig. Resonemangen från vuxenterapier ger beskrivningar av hur tidiga anknytningserfarenheter både lever vidare, och kan påverkas genom medvetet arbete, i det fortsatta livet. Det finns en kontinuitet genom livet i denna grundläggande dimension.

Det blir tydligt att det är viktigt att kunna hjälpa föräldrar att följa och leda sina barn genom de första årens upplevelser på ett tryggt reglerande sätt. Samspelesbehandling ger en sådan möjlighet. Den sidan av samspelesbehandling där man arbetar med föräldrars mentalisering av sitt barns upplevelse är mycket viktig för barnets utveckling. Videofilmen och samtalet kring den hjälper till att göra barnet tydligt för föräldern, likväl som upplevelser i det direkta samspelet ger nya erfarenheter till både barn och föräldrar. Detta ger ett större utrymme för att barnet ska kunna utvecklas i sitt sätt att kommunicera sina känslor, vilket i sin tur medför att barnet blir tydligare, och lättare för föräldern att avläsa och följa. Metoden är även terapeutisk för de föräldrar som på detta sätt får en chans att reparera egna anknytningserfarenheter som följt dem genom livet.

Kan det även leda till problem? Finns det till exempel risk för att en förälder eller ett föräldrapar anpassar sig till interventioner som inte passar deras sätt att vara, och kan det i så fall leda till att de betar sig på ett sätt som inte hör ihop med hur de känner sig? Forskarna fokuserar på det emotionella samspelet mellan föräldrar och barn, och säger att samspelet grundas på föräldrars intuitiva förmåga att uppfatta barnets belägenhet. Det framstår som mycket viktigt att inte skada denna intuitiva kunskap, utan ge den hjälp att utvecklas. Själva känslöstödet till föräldrarna blir till en mer hållande miljö i den första tidens samspel mellan barn och föräldrar, under den viktiga första tiden då barns utveckling genomgår viktiga faser, och föräldrarna är nybörjare i sin roll. Respekt och lyhördhet för både föräldrar och barn är viktiga utgångspunkter i samspelesarbetet.

När det gäller de litet äldre barnens lekande betonas vikten av att ramarna kan skydda barnets lek från den tvingande verkligheten (se ovan, s 16). Vissa föräldrar har svårt att låta barnet leka, reflektera, pröva sina tankar och idéer på ett kreativt sätt, eller det kan upplevas som alltför svårt att möta vissa av barnets känslor. Föräldrars förmåga att stödja barnets symboliseringsförmåga och möta olika känslor behöver tas med i avvägningen kring vilken behandlingsform som ska erbjudas, när det gäller de litet äldre barnen, ca 4 år och uppåt.

Ibland kan individuell terapi för barnet vara att föredra. Det fungerar t ex inte med ”lekfull” samspelsbehandling om föräldrarna är alltför noga med ”verklighetsperspektivet”.

D.W. Winnicott (1983) beskriver en paradox som har med lekande att göra: Frågan ”Är detta verkligt eller var det du som hittade på det?” får inte ställas. Hör denna paradox ihop med lekfullhetens villkor? Fonagy uttrycker att den ömsesidiga leken ger möjlighet att uppleva att en låtsasupplevelse är mentalt verklig (se ovan, s 15). De två författarna uttrycker, var och en på sitt sätt, att ömsesidig lek är en ingång till den ”mentala verkligheten”, en arena för gemensam upplevelse på ett inre plan.

Bjørge Røed Hansen poängterar att den intersubjektiva dialogen är en överordnande struktur i barnterapi. Utan de ”verktyg” som finns i samspelet mellan barn och terapeut – ömsesidig avläsning av kroppsspråk och ansiktsuttryck, förståelse för den andres inre intentioner med mera – fungerar inte den ömsesidiga leken. För att kunna leka, få gehör, hitta den andres perspektiv, över huvud taget få en upplevelse av att inre mental verklighet går att dela – måste barnet ha kommit till en viss mognad när det gäller samspelsförmågan.

Barn som under spädbarnsåret och i fortsättningen saknat vissa samspelsförmågor – behöver därför samspel på ett grundläggande plan, innan eller samtidigt med utvecklingen av leken, för att kunna använda sig av lekens symboliserande kraft. Så uppfattar jag relationens betydelse i terapi och annan behandling; det behöver ske en reparation av de tidigaste samspelsförmågorna och barnet behöver få en upplevelse av de samspelsdimensioner som inte blivit förverkligade under den tidiga utvecklingen, för att hitta förmågan att leka på en symboliserande nivå.

Barns lek innehåller både ”implicita relationella procedurer” (se ovan, s 19) och symbolisering. I fantasileken används båda dessa dimensioner; både den grundläggande samspelsförmågan och fantasin. Barn som deltar i ömsesidig lek tränar upp sin samspelsförmåga och uttrycker inre teman symboliskt.

Lyons-Ruth beskriver det som att vuxna som kommer till terapi ofta har med sig erfarenheter av att vissa känslor inte blivit accepterade och integrerade i det tidiga samspelet med anknytningspersonerna, se ovan s 19. I terapin behöver arbetet för förändring då ske på både handlingsnivå, i relationen till terapeuten, och symbolnivå.

Det verkar som om de internaliserade relationsmönster hon syftar på är just de mönster barn och föräldrar kan få hjälp med i en samspelsbehandling tidigt i barnets liv. Det är troligt att den del av förändringsarbetet som sker på ”handlingsnivå” i vuxenterapi har mycket gemensamt med de samspelsstrategier som hör till det tidiga föräldra-barn-samspelet.

Vissa likheter kan jag se mellan Daniel Sterns beskrivning av ”någonting mer” i psykoterapi, och samspelsbehandling tidigt i barns liv. Stern m fl resonerar kring det de kallar ”det outtalade relationsvetandet” och förändringar som uppnås i detta genom att klient och terapeut deltar i gemensamma ”mötesögonblick”. Kan man säga att det är det outtalade relationsvetandet som påverkas i en samspelsbehandling med små barn? För framtiden förändras ju barnets upplevelser av att vara i relation, med anknytningspersonerna.

Kan man dessutom säga att mötesögonblick ingår i det förändrande förhållningssättet i samspelsbehandling? Både i den situation där barn och föräldrar deltar i gemensamt samspel, och i filmåtergivningssamtalet, uppstår mötesögonblick – i den ena situationen mellan barn och föräldrar, i den andra mellan föräldrar och behandlare.

### **Sammanfattande slutsatser**

Denna studie har gett mer klarhet i varför

- samspelsbehandling under spädom och småbarnsåren gynnar barnets fortsatta utveckling
- barns lek och andra kreativa uttrycksätt hjälper den inre utvecklingen

En svaghet i litteraturstudien är att jag har sökt kunskap just inom de källor som är knutna till mina frågeställningar. Jag har använt litteratur som beskriver just det jag letat efter, och inte utsträckt undersökningen till att gälla kritik mot synsättet. Tids- och utrymmesskäl är anledningen till detta.

Vikten av att barn får en upplevelse av möte på ett inre plan är en genomgående tanke i ovanstående resonemang. Samspel, relation, mentalisering, ömsesidig lek – allt detta samverkar till ett övergripande perspektiv där det sker ett intersubjektivt möte, som behöver värnas. Lek, samspel, andra kreativa uttrycksformer – dessa kommunikationsformer ger möjlighet till sådana möten och därmed till psykisk utveckling.

Detta är ingenting vi vanligtvis bemödar oss om att uttrycka och beskriva i det vardagliga arbetet inom BUP. Formella beskrivningar av vad vi gör blir allt vanligare. Deskriptiva diagnossystem och formella kvantitativa mått på prestation får allt större utrymme. Det finns en risk för att dessa beskrivningskategorier skymmer våra strävanden att bidra till barns utveckling på ett inre plan. Om vi glömmer det, och slutar prata om det, försvinner en viktig kunskapsbas för vårt arbete.

## Referenser

- Baradon, T. (2004) Psychotherapeutic work with parents and infants. I Green, V. (Ed.) *Emotional Development in Psychoanalysis, Attachment Theory and Neuroscience – Creating Connections*. Brunner-Routledge, Hove och New York.
- Brattwall, L. (2004) ”Konstigt men roligt att leka”- sex mammor om BOF-lek. Examensarbete vid påbyggnadsutbildning i psykoterapi med inriktning mot barn och ungdom. Psykologiska institutionen, Göteborgs universitet.
- Fivaz-Depeursinge, E & Corboz-Warnery, A (1999) *The primary triangle: A developmental systems view of mothers, fathers and infants*. Basic Books, London.
- Fonagy, P. (2004) The interpersonal interpretive mechanism: the confluence of genetics and attachment theory in development. I Green, V (Ed.) *Emotional Development in Psychoanalysis, Attachment Theory and Neuroscience – creating connections*. Brunner-Routledge, Hove och New York.
- Fonagy, P. (2007) The mentalization-focused approach to social development. I Allen, J.G. & Fonagy, P. (Eds.) *Handbook of Mentalization-Based Treatment*. John Wiley & Sons, Ltd. Chichester, England.
- Fonagy, P. & Target, M. (1997) Attachment and reflective function: Their role in self-organization. *Development and Psychopathology*, 9(1997), 679-700.
- Hansen, B.R. (1991). Betydningen av oppmerksomhet og samspill i psykoterapi med barn. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening* 1991, 28, 779-788.
- Hedenbro, M. & Wirtberg, I.(2000) *Samspelets kraft – Marte Meo, möjlighet till utveckling*. Libers Förlag, Falköping.
- Hedenbro, M. (2008) Idag har vi tillräcklig kunskap om hur dåligt samspel i tidig ålder påverkar utvecklingen. *Socionomen* 3/2008.
- Lyons-Ruth, K. (1999) The two person unconscious: intersubjective dialogue, enactive relational representation and the emergence of new forms of relational organization. *Psychoanalytic inquiry* 19(4):576-617.
- Penaloza, C. (2007) Leken – ett mångtydigt universum. *Mellanrummet – Tidsskrift om barn- och ungdomspsykiatri* nr 17.
- Schore, A.N. (2004) The human unconscious: the development of the right brain and its role in early emotional life. I Green, V. (Ed.) *Emotional Development in Psychoanalysis, Attachment Theory and Neuroscience – creating connections*. Brunner-Routledge, Hove och New York.
- Soltvedt, M. (2005) *BOF – barnorienterad familjeterapi*. Mareld, Falun.



Stern, D.N. (1991) *Spädbarnets interpersonella värld – ur psykoanalytiskt och utvecklingspsykologiskt perspektiv*. Natur & Kultur, Lund.

Stern, D. N. (2005) *Ögonblickets psykologi*. Natur & Kultur, Falköping.

Stern, D.N., Sander, L.W., Nahum, J.P., Harrison, A.M., Lyons-Ruth, K., Morgan, A.C., Bruschiweiler-Stern, N. & Tronick, E.Z. (1998) Non-interpretive mechanisms in psychoanalytic therapy – the "something more" than interpretation. *International Journal of Psychoanalysis* (1998)79,903.

Tronick, E.Z. (1998) Dyadically expanded states of consciousness and the process of therapeutic change. *Infant Mental Health Journal*, Vol. 19(3), 290-299(1998).

Winnicott, D.W. (1983) *Lek och verklighet*. Natur & Kultur, Stockholm.