

## To praksisnære tilskudd til barne- og ungdomsfeltet

Agnes Bohne

stipendiat ved Institutt for psykologi, UiT, og psykolog ved BUP Tromsø

To norske fagbøker om psykoterapi med barn og ungdom er nylig kommet ut, og er etter min mening svært gode tilskudd til sjangeren.



**BOK** Psykodynamisk terapi for barn **FORFATTER** Anders Flækøy Landmark **FORLAG** Gyldendal **ÅR** 2021 **SIDER** 368

Det er kjærkomment å få lese to norske, gode fagbøker om psykoterapi med barn og ungdom, særlig når begge er fulle av gode kasus og konkrete tips til intervensjoner. *Psykodynamisk terapi for barn og Lek og kreativitet – i psykoterapi med barn og ungdom* er begge praksisnære og reflekterte fagbøker som inspirerer til videre klinisk arbeid med barn, ungdom og familiene deres.

## Ydmykt, reflektert og praksisnært

Anders Flækøy Landmark står alene bak *Psykodynamisk terapi for barn*. Forfatterens holdninger skinner igjennom i boken, og fant gjenklang hos meg. Det handler om betydningen av å møte familier som strever, med åpenhet og ydmykhet, og ikke innta en bedrevitende holdning som terapeut. Barnets stemme skal frem. I mitt eget virke er jeg opptatt av å anvende tilbakemeldingsverktøy på en god måte, slik at vi nettopp får til åpenhet rundt behandlingsprosessen, der barnets egen stemme blir hørt. Landmark nevner ikke slike verktøy, men jeg opplever holdningen som den samme: anerkjennelsen av at det er mange måter å jobbe på, og at vi må finne veien som gir mening for familien, dersom det skal være nyttig og virkningsfullt.

Line Indrevoll Stänicke, Unni Tanum Johns  
og Anders Flækøy Landmark (red.)

# LEK OG KREATIVITET

- i psykoterapi med  
barn og ungdom



 GYLDENDAL

**BOK** Lek og kreativitet- i psykoterapi med barn og ungdom **FORFATTERE** Line Indrevoll Stänicke, Unni Tanum Johns og Anders Flækøy Landmark (red.) **FORLAG** Gyldendal **ÅR** 2021 **SIDER** 336

Til tross for at tittelen på boka gir uttrykk for at dette er en metodespesifikk tilnærming, opplever jeg forfatteren som ydmyk også i møte med andre metoder, faglige standpunkt og yrkesgrupper. Det virker som han tar innover seg at hans førstevalg av tilnærming ikke alltid er den beste, men at familiene han treffer, må guide ham til den intervensjonen som passer best for dem. Det fremstår som god skreddersøm at familiens beste er øverste prioritet. Tankene mine går til diskusjonen rundt

ISTDP, som har gått i tidsskriftet i det siste, og hvor viktig det er at vi ikke blir bastante i vår forståelse og tilnærming. Her fremstår Landmarks holdninger som en god rettesnor. Han evner også å trekke paralleller og se likhetstrekk mellom forskjellige metoder på en god måte.

Når det er sagt, gir altså Landmark en grundig og god innføring i psykodynamisk metodikk, teorier og forskning, og konkrete intervensjoner i tråd med dette. Dette er en god lærebok for de som ønsker å gå i gang med en psykodynamisk tilnærming. Boka er svært praksisnær, og kommer med mange konkrete og gode eksempler på både kasus og intervensjoner. Klinikerer i meg klør i fingrene etter å få prøve ut intervensjoner jeg ikke har prøvd før, og jeg tar meg selv i å reflektere over mange av mine egne behandlingsforløp underveis i lesningen av boka.

Jeg liker også godt hvordan Landmark understreker betydningen av å ikke lene oss kun på diagnoser, men å søke å forstå hvert enkelt barns uttrykk og hva det kommuniserer. Symptomene kan se like ut, og diagnosene kan dermed være like, men hvert barn og hver familie er forskjellig. Hva symptomene er et uttrykk for, vil derfor variere. Denne forståelsen må være med i utforming av intervensjon. Å forstå barnet på barnets egne premisser gjennomsyrrer boka, og forfatteren trekker gjentatte ganger frem hvordan barn med komplekse vansker ofte har større behov for å bli forstått enn å forstå noe selv. Dette er jeg veldig enig i, og jeg kommer til å bære det med meg i min praksis mer bevisst enn tidligere. Jeg har nok selv flere ganger falt for fristelsen til å «lære barnet gode strategier for å håndtere følelser» uten å jobbe grundig nok med at barnet selv skal bli forstått av både foreldre, skole, meg som behandler og andre viktige personer rundt barnet. I verste fall tenker jeg at vi som behandlere kan legge stein til byrden ved at barn som strever, må bli bedre utgaver av seg selv, når de allerede gjør så godt de kan, og kanskje bærer på skam for at det ikke er godt nok. En viktig påminnelse for min del – til tross for at det likevel er så selvsagt.

## Leken godtepose

Landmark er også medforfatter og redaktør av *Lek og kreativitet*, sammen med Line Indrevoll Stånicke og Unni Tanum Johns. Denne boka er som en godtepose med kliniske kasus og faglige refleksjoner og tolkninger. Det er rørende å lese om alle barna som har funnet sin vei gjennom lek og kreative tilnærminger, og om terapeutene og foreldrene som åpner opp og gir dem det rommet de har behov for. Kasusene er interessante, og selv om mange av dem handler om å bearbeide traumer, er det likevel en god bredde i hva vi blir introdusert for.

Jeg vil likevel særlig trekke frem kapitlet om den spontane leken av Anne Kirsti Ruud. Også i dette kapitlet er vi innom traumbearbeiding, men Ruud evner å formidle det terapeutiske i den enkle lekenheten i å løpe om kapp eller leke stollek. Det får meg til å tenke over mine fantastiske kollegaer, som alle leker så mye i løpet av arbeidsdagen, og som strekker seg for å møte barn med åpenhet og lekenhet og på barnets premisser. På BUP er det ingen ansatte som synes det er merkelig om de møter et kappløp i gangen, og hvor nydelig er ikke det?

Kapitlet om digitale verktøy av Torun M. Vatne oppleves også som særlig matnyttig. Her tror jeg feltet vårt har en lang vei å gå, og Vatnes eksempler og erfaringer, blant annet med bruk av mobil som verktøy i grupper, er nyttige for oss som har lyst til å henge med i 2021. Jeg ønsker meg mer erfaringsutveksling, tips og triks om bruk av digitale verktøy i terapi fremover, og jeg krysser fingrene for at vi som gode kollegaer kan dra hverandre fremover på dette feltet.

Tidvis opplever jeg språket i begge bøkene som unødvendig akademisk. Nå er jo dette akademiske fagbøker, men tankene går likevel til debatten i Psykologtidsskriftet vedrørende akademisk tåkeprat. Behøver vi å bruke så mange innviklede ord når vi snakker om faget vårt? Blir vi mindre



presise hvis vi velger bort de vanskeligste begrepene? Landmark blir ikke det. Etter min mening forklarer han begrepene så godt og presist at jeg synes han er bedre uten så mange fremmedord. Han utviser en særdeles god forståelse for begrepene han bruker, og jeg sitter igjen med inntrykket av at hvis du virkelig forstår noe, kan du forklare det enkelt. Her har *Lek og kreativitet* litt mer å gå på. Særlig innledningskapitlet blir unødvendig tunglest på grunn av språket. Mange av de tyngre fagbegrepene er velkjente for meg, mens andre begreper, som kanskje ligger tettere på den psykodynamiske tradisjonen, virker fremmedgjørende på meg. Jeg faller for eksempel av i den lange utredningen om det gryende selvområdet, kjerneselvområdet, det subjektive selvområdet og det verbale og narrative selvområdet. Det er en merkelig følelse, å føle seg litt utestengt fra eget fagområde. I *Psykodynamisk terapi for barn* trekker Landmark parallellen til Babels tårn, der forskjellige språk og manglende gjensidig forståelse kan være hemmende for å nå et felles mål. Det slår meg at dette også gjelder i vår yrkesgruppe, og at våre forskjellige fagbegreper (ofte for å beskrive samme eller svært lignende fenomen) kan skape avstand mellom oss.

Begge bøker er nyttige, praksisnære og interessante, og jeg håper at de leses av flere enn de som regner seg som psykodynamikere. Her er nydelige faglige eksempler, refleksjoner og intervensjoner som er nyttige for oss i barne- og ungdomsfeltet, uavhengig av metodisk tilnærming. Jeg liker også godt at begge bøkene oppfordrer til mer lekenhet oss kollegaer imellom – kanskje har vi også mye å lære av rollespill og mer non-verbale uttrykksformer? Vi måkomme mer ut av våre intellektuelle hoder, og møte både hverandre og pasientene med mer åpenhet, kreativitet og lek.